**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
# КІНЕЗІОЛОГІЧНЕ ТЕЙПУВАННЯ

**статус навчальної дисципліни:** вибіркова
**код вибіркової навчальної дисципліни в Загальноуніверситетському каталозі вибіркових навчальних дисциплін:** ВД354
**мова навчання:** українська

**Київ – 2025**

**РОЗРОБНИКИ:**

Євген ВАСИЛЕНКО, доцент кафедри терапії та реабілітації, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,

yevovasylenko@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 ЛАЗАРЄВА

**ПОГОДЖЕНО:**

Начальник
навчально-методичного відділу _____ Ольга Д`ЯЧЕНКО

Начальник відділу забезпечення
якості вищої освіти _____ Сергій ПОПОВИЧ

**Анотація навчальної дисципліни.** Дисципліна спрямована на ознайомлення здобувачів з базовими знаннями щодо застосування методу кінезіотейпування у фізичній терапії та ерготерапії, формування у здобувачів теоретичних знань та отримання практичних навичок з організації та проведення кінезіотейпування при різних патологічних станах. Обсяг дисципліни – 3 кредити ЄКТС. Основні теми: загальні основи застосування методу кінезіотейпування у фізичній терапії та ерготерапії; особливості застосування методу кінезіотейпування при травмах і захворюваннях ОРА; особливості застосування методу кінезіотейпування в нейрореабілітації; особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при хірургічних та онкохірургічних захворюваннях. Підсумкова оцінка формується з урахуванням результатів поточного контролю та заліку.

**Abstract of the discipline.** The discipline is aimed at familiarizing of the students with basic knowledge about application of the technique of kinesiotherapy in physical therapy and ergotherapy, formation of theoretical knowledge from students and the acquisition of practical skills in organizing and carrying out kinesiotherapy in various pathological conditions.The volume of discipline is three ECTS credits. The main topics: general bases of application of the technique of kinesiotherapy in physical therapy and ergotherapy; peculiarities of the technique of kinesiotherapy in traumas and diseases of ORA; peculiarities of application of the kinesiotherapy technique in neurorehabilitation; peculiarities of application of the technique of kinesiological teupuation in surgical and oncological surgical diseases. The final evaluation is based on the results of the current control and the scoring.

**Мета навчальної дисципліни** – формування у здобувачів теоретичних знань та отримання практичних навичок з основ застосування методу кінезіотейпування у фізичній терапії та ерготерапії.

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

| Форма навчання | Види навчальних занять | | | | Самостійна робота | Разом |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | лекції | лабораторні | практичні | семінарські | | |
| Денна | | | 36 | | 54 | 90 |

**Статус навчальної дисципліни:** вибіркова.

**Передумови для вивчення навчальної дисципліни:** вивчення навчальної дисципліни ґрунтується на знаннях, уміннях та навичках, сформованих у процесі опанування базових навчальних дисциплін.

**Програма навчальної дисципліни.**

***Тематичний план навчальної дисципліни***

| Номер і назва теми | Кількість годин | | | |
|---|---|---|---|---|
| | денна форма | | | |
| | усього | л. | пр. | с. р. |
| Тема 1. Анатомія і термінологія кінезіологічного тейпування. Клініко-фізіологічне обґрунтування і механізм дії кінезіологічного тейпа. | 10 | | 4 | 6 |
| Тема 2. Основні правила роботи з тейпами та техніки аплікацій в кінезіологічному тейпуванні. | 10 | | 4 | 6 |
| Тема 3. Особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при захворюваннях та пошкодженнях шийного відділу хребта, плечового поясу та верхньої кінцівки. | 10 | | 4 | 6 |
| Тема 4. Кінезіологічне тейпування при захворюваннях та пошкодженнях поперекового відділу хребта та нижньої кінцівки. | 10 | | 4 | 6 |
| Тема 5. Особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при травмах і захворюваннях ОРА в педіатрії. | 10 | | 4 | 6 |
| Тема 6. Особливості кінезіологічного тейпування при ураженні центральної нервової системи. | 10 | | 4 | 6 |
| Тема 7. Особливості кінезіологічного тейпування при ураженні периферичної нервової системи. | 10 | | 4 | 6 |
| Тема 8. Особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при хірургічних захворюваннях | 10 | | 4 | 6 |
| Тема 9. Особливості методу кінезіологічного тейпування при онкохірургічних захворюваннях | 10 | | 4 | 6 |
| Всього годин: | 90 | | 36 | 54 |

***Зміст навчальної дисципліни за темами***

**Тема 1. Анатомія і термінологія кінезіологічного тейпування. Клініко-фізіологічне обґрунтування і механізм дії кінезіологічного тейпа.**

Властивості кінезіологічного тейпа. Кольори кінезіологічних тейпів і принципи роботи з ними. Показання та протипоказання до кінезіологічного тейпування. Запобіжні заходи при роботі з тейпами

**Тема 2. Основні правила роботи з тейпами та техніки аплікацій в кінезіологічному тейпуванні.**

Підготовка шкіри до процедури кінезіологічного тейпування. Нанесення і видалення аплікації кінезіологічного тейпа. Основні види аплікацій і ступінь натягу тейпа. Особливості методика м'язового кинезиологічного тейпування. Особливості застосування коригуючих технік та методики механічної корекція. Застосування складних і комбінованих технік аплікацій в кінезіологічному тейпуванні.

**Тема 3. Особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при захворюваннях та пошкодженнях шийного відділу хребта, плечового поясу та верхньої кінцівки.**

Кінезіологічне тейпування при розтягненні м'язів та зв'язок шийного відділу хребта. Методика аплікації кінезіологічного тейпа при синдромі ротаторної манжети плеча, імпіджмент-синдромі, бурситі плечового суглоба, пошкодженні акроміально-ключичного зчленування та нестабільності плечового суглоба. Кінезіологічне тейпування при запальних захворюваннях ліктьового суглобу та пошкодженні променево-зап'ясткового суглобу та кисті.

**Тема 4. Кінезіологічне тейпування при захворюваннях та пошкодженнях поперекового відділу хребта та нижньої кінцівки.**

Особливості методики кінезіотейпування при нестабільності поперекового відділу хребта. Методика аплікації кінезіологічного тейпа при пошкодженні м’язів стегна, передньої хрестоподібної зв’язки та коксартрозі. Методика накладання кінезіологічного тейпа при переломах плеснових кісток, в наслідок забою стопи та пошкодженні зв'язок стопи. Кінезіологічне тейпування при деформаціях першого пальця стопи і гомілково-стопного суглобу та при молотоподібній деформації пальців стопи.

**Тема 5. Особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при травмах і захворюваннях ОРА в педіатрії.**

Класифікація дитячих хвороб. Методи профілактики травм і захворювань в педіатрії. Особливості методики кінезіотейпування при дитячому церебральному паралічі. Кінезіологічне тейпування при діастазі прямих м’язів живота, рекурвації колінного суглобу, паралічі Ерба-Дюшена та еквінусі стопи. Методика накладання кінезіологічного тейпа при бронхіті та алергічному риніті у дітей.

**Тема 6. Особливості кінезіологічного тейпування при ураженні центральної нервової системи.**

Будова і функції центральної нервової системи. Класифікація та клінічні прояви захворювань центральної нервової системи. Особливості методики кінезіотейпування для постінсультних хворих, при хворобі Паркінсона та розсіяному склерозі.

**Тема 7. Особливості кінезіологічного тейпування при ураженні периферичної нервової системи.**

Класифікація та функція периферичних нервів. Захворювання периферичної нервової системи. Принципи накладання кінезіологічного тейпа при міжреберній неврології, люмбалгії, спазмі діафрагми та синдромі грушоподібного м'язу. Кінезіологічне тейпування при невропатії ліктьового нерва та синдромі зап'ясткового каналу. Особливості методика кінезіологічного тейпування при невриті лицевого нерва та невропатії трійчастого нерва.

**Тема 8. Особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при хірургічних захворюваннях.**

Причини, види та способи лікування хірургічних захворювань. Методика накладання кінезіологічного тейпа після оперативного лікування акроміально-ключичного зчленування. Принципи накладання кінезіологічного тейпа після артроскопічної операції на колінному суглобі. Особливості методика кінезіологічного тейпування після оперативного лікування абдомінальної грижі, хірургічного втручання по видаленню грижі у поперековому відділі хребта.

**Тема 9. Особливості методу кінезіологічного тейпування при онкохірургічних захворюваннях.**

Характеристика онкологічних захворювань. Клінічні прояви порушеннях функції лімфатичної системи. Методика накладання кінезіологічного тейпа при мастопатії та лімфостазі верхньої кінцівки. Кінезіологічне тейпування при лімфедемі гомілки.

***Тематика практичних занять***

| Номер і назва теми навчальної дисципліни | Номер за порядком і назва теми практичних занять | Кількість годин |
|---|---|---|
| | | Денна форма |
| Тема 1. Анатомія і термінологія кінезіологічного тейпування. Клініко-фізіологічне обґрунтування і механізм дії кінезіологічного тейпа. | 1. Анатомія і термінологія кінезіологічного тейпування. Клініко-фізіологічне обґрунтування і механізм дії кінезіологічного тейпа. | 4 |
| Тема 2. Основні | 2. Основні правила роботи з | 4 |

| | | |
|---|---|---|
| правила роботи з тейпами та техніки аплікацій в кінезіологічному тейпуванні. | тейпами та техніки аплікацій в кінезіологічному тейпуванні. | |
| Тема 3. Особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при захворюваннях та пошкодженнях шийного відділу хребта, плечового поясу та верхньої кінцівки. | 3. Методика аплікації кінезіологічного тейпа при синдромі ротаторної манжети плеча, імпіджмент-синдромі, бурситі плечового суглоба, пошкодженні акроміально-ключичного зчленування та нестабільності плечового суглоба. | 4 |
| Тема 4. Кінезіологічне тейпування при захворюваннях та пошкодженнях поперекового відділу хребта та нижньої кінцівки. | 4. Методика аплікації кінезіологічного тейпа при пошкодженні м’язів стегна, передньої хрестоподібної зв’язки, гіпертонусі литкового м’язу та коксартрозі, пошкодженні зв'язок стопи та деформаціях першого пальця стопи і гомілково-стопного суглобу. | 4 |
| Тема 5. Особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при травмах і захворюваннях ОРА в педіатрії. | 5. Особливості методики кінезіотейпування при дитячому церебральному паралічі, діастазі прямих м’язів живота, рекурвації колінного суглобу, паралічі Ерба-Дюшена та еквінусі стопи у дітей. | 4 |

| | | |
|---|---|---|
| Тема 6. Особливості кінезіологічного тейпування при ураженні центральної нервової системи. | 6. Особливості методики кінезіотейпування для постінсультних хворих, при хворобі Паркінсона та розсіяному склерозі. | 4 |
| Тема 7. Особливості кінезіологічного тейпування при ураженні периферичної нервової системи. | 7. Принципи накладання кінезіологічного тейпа при міжреберній невролгії, люмбалгії, спазмі діафрагми та синдромі грушоподібного м'язу, синдромі Рота-Бернгардта, при ураженні лицевого та трійчастого нервів. | 4 |
| Тема 8. Особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при хірургічних захворюваннях. | 8. Методика накладання кінезіологічного тейпа після оперативного лікування акроміально-ключичного зчленування, колінного суглобу, абдомінальної грижі та грижі у поперековому відділі хребта. | 4 |
| Тема 9. Особливості методу кінезіологічного тейпування при онкохірургічних захворюваннях. | 9. Методика накладання кінезіологічного тейпа при мастопатії та лімфостазі верхньої кінцівки. Кінезіологічне тейпування при лімфедемі гомілки. | 4 |
| | Всього годин: | 36 |

***Завдання для самостійної роботи здобувачів вищої освіти***

| Номер і назва теми навчальної дисципліни | Завдання | Кількість годин |
|---|---|---|
| | | Денна форма |
| Тема 1. Анатомія і термінологія кінезіологічного тейпування. Клініко-фізіологічне обґрунтування і механізм дії кінезіологічного тейпа. | 1. Історія виникнення класичної методики кінезіологічного тейпування. | 3 |
| | 2. Відмінності класичного кінезіологічного тейпування від жорсткого атлетичного та терапевтичного тейпування. | 3 |
| Тема 2. Основні правила роботи з тейпами та | 3. Робоче місце, обладнання, матеріали, що використовуються | 3 |

| | | |
|---|---|---|
| техніки аплікацій в кінезіологічному тейпуванні. | для накладення кінезіотейпа. | |
| | 4. Особливості комплексного застосування методу кінезіологічного тейпування та фізичних вправ. | 3 |
| Тема 3. Особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при захворюваннях та пошкодженнях шийного відділу хребта, плечового поясу та верхньої кінцівки. | 5. Поєднання методу кінезіологічного тейпування з технічними засобами фізичної терапії. | 6 |
| Тема 4. Кінезіологічне тейпування при захворюваннях та пошкодженнях поперекового відділу хребта та нижньої кінцівки. | 6. Особливості комплексного застосування методу кінезіологічного тейпування та фізіотерапії. | 6 |
| Тема 5. Особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при травмах і захворюваннях ОРА в педіатрії. | 7. Особливості застосування кінезіологічного тейпування в залежності від періоду реабілітації. | 6 |
| Тема 6. Особливості кінезіологічного тейпування при ураженні центральної нервової системи. | 8. Основні поняття про комбінований тейпінг. | 6 |
| Тема 7. Особливості кінезіологічного тейпування при ураженні периферичної нервової системи. | 9. Особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при первинній лімфедемі та вторинних лімфатичних набряках | 6 |
| Тема 8. Особливості застосування методу кінезіологічного тейпування при хірургічних захворюваннях. | 10. Методика кінезіологічного тейпування при проявах тензійного головного болю. | 2 |
| | 11. Основні аспекти кінезіологічного тейпування при дермагенних контрактурах. | 4 |
| Тема 9. Особливості | 12. Кінезіологічне тейпування в | 6 |

| | | |
|---|---|---|
| методу кінезіологічного тейпування при онкохірургічних захворюваннях. | практиці спортивної травматології. Застосування методу кінезіологічного тейпування при порушенні біомеханіки ходи. | |
| | Всього годин: | 54 |

**Очікувані результати навчання з дисципліни:** Набуття здобувачами вищої освіти знань, умінь і здатностей вирішувати завдання професійної діяльності з використанням сучасних реабілітаційних технологій у відновному лікуванні травм і захворювань опорно-рухового апарату, нервової системи, а також після хірургічних втручань. Ознайомити з поняттям кінезіотейпування, його формами, видами та класифікацією; Сприяти засвоєнню критеріїв оцінки ефективності кінезіотейпування. Сформувати навички з діагностики функціонального стану пацієнта. Сформувати навички з проведення методики кінезіотейпування, завдяки:

***знанням:*** принципів раціонального вибору техніки застосування кінезіотейпування.; принципів кінезіотейпування при захворюваннях та пошкодженнях опорно-рухового апарату для дорослих та дітей; принципів кінезіотейпування в практиці нейрореабілітації; принципів кінезіотейпування при хірургічних та онкологічних захворюваннях.

***умінням:*** застосовувати методику кінезіотейпування для осіб різних вікових груп з травмами і захворюваннями опорно-рухового апарату; застосовувати методику кінезіологічного тейпування в нейрореабілітації; застосовувати методику кінезіотейпування в практиці хірургічного профілю; раціонально поєднувати методику кінезіологічного тейпування з іншими засобами та методиками фізичної терапії; гармонійно співпрацювати з іншими фахівцями системи охорони здоров’я; вдосконалювати кваліфікацію на курсах, тренінгах і семінарах, а також самостійно – шляхом самоосвіти: знайомств з сучасними методиками у галузі фізичної терапії та ерготерапії та вивчення спеціальної літератури та навчальних медіа матеріалів; надавати консультативні послуги на різних рівнях.

**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. Анатомія і термінологія кінезіологічного тейпування. Клініко-фізіологічне обґрунтування і механізм дії кінезіологічного тейпа. | Експрес-контроль. | 8 |
| 2. Основні правила роботи з тейпами та техніки аплікацій в кінезіологічному тейпуванні. | Тестування. | 8 |
| 3. Методика аплікації кінезіологічного тейпа при синдромі ротаторної манжети плеча, імпіджмент-синдромі, бурситі плечового суглоба, пошкодженні акроміально-ключичного зчленування та нестабільності плечового суглоба. | Кейси. | 12 |
| 4. Методика аплікації кінезіологічного тейпа при пошкодженні м’язів стегна, передньої хрестоподібної зв’язки, гіпертонусі литкового м’язу та коксартрозі, пошкодженні зв'язок стопи та деформаціях першого пальця стопи і гомілково-стопного суглобу. | Реферат, доповідь та презентації на задану тему та їх обговорення. | 12 |
| 5. Особливості методики кінезіотейпування при дитячому церебральному паралічі, діастазі прямих м’язів живота, рекурвації колінного суглобу, паралічі Ерба-Дюшена та еквінусі стопи у дітей. | Кейси. | 12 |
| 6. Особливості методики кінезіотейпування для постінсультних хворих, при хворобі Паркінсона та розсіяному склерозі. | Кейси. | 12 |
| 7. Принципи накладання кінезіологічного тейпа при міжреберній невролгії, люмбалгії, спазмі діафрагми та синдромі грушоподібного м’язу, синдромі Рота-Бернгардта, при | Кейси. | 12 |

| | | |
|---|---|---|
| ураженні лицевого та трійчастого нервів | | |
| 8. Методика накладання кінезіологічного тейпа після оперативного лікування акроміально-ключичного зчленування, колінного суглобу, абдомінальної грижі та грижі у поперековому відділі хребта. | Кейси. | 12 |
| 9. Методика накладання кінезіологічного тейпа при мастопатії та лімфостазі верхньої кінцівки. Кінезіологічне тейпування при лімфедемі гомілки. | Реферат, доповіді та презентації на задану тему та їх обговорення. | 12 |
| | **Усього:** | **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. Глиняна О.О., Копочинська Ю.В. Основи кінезіотейпування. https://ktaping.com.ua/ua/p1021561185-kniga-osnovi-kineziotejpuvannya.html

2. Методика кінезіологічного тейпування. Введення та клінічне застосування.

https://ktaping.com.ua/ua/p186770533-metodika-kineziologicheskogo-tejpirovaniya.html

3. Григус І. Сучасні уявлення щодо застосування засобів фізичної реабілітації у спортсменів з пошкодженням зв’язкового апарату колінного суглоба / І. Григус // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт : журнал / уклад.А. В. Цьось, А. І. Альошина. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2015. – Вип. 19. – С. 124–129.

4. Гаррі Пяйнапппелом. Концепція медичного тейпінгу. 2019, 224 с.

5. Гиббонс Д. Кінезіологічне тейпування. Практичний посібник для оцінки, лікування та профілактики спортивних та побутових травм. https://magicbook.com.ua/uk/product-32014.html

***Електронні:***

1. https://kinesiotape.com.ua