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

ОСНОВИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ

статус навчальної дисципліни: вибіркова
код вибіркової навчальної дисципліни в Загальноуніверситетському каталозі вибіркових навчальних дисциплін: ВД358
мова навчання: українська

Київ – 2025

РОЗРОБНИКИ:

Тетяна ДЕРЕКА, професор кафедри терапії та реабілітації, д.пед.н., професор,

tdereka@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 формування знань щодо застосування у професійній діяльності основних засобів та методів фізичної терапії, а також вивчення принципів, обліку ефективності занять терапевтичними вправами, ознайомлення з теоретичним й практичним матеріалом щодо використання основних засобів фізичної терапії в осіб різних нозологічних груп. Обсяг дисципліни – 3 кредити ЄКТС. Основні теми: Вступ до спеціальності «Фізична терапія», фізична терапія при ураженнях опорно-рухового апарату, фізична терапія при ураженнях нервової системи, фізична терапія при ураженнях кардіореспіраторної системи, фізична терапія при розладах обміну речовин, фізична терапія при травмах у спортсменів. Підсумкова оцінка формується з урахуванням результатів поточного контролю та заліку.

Abstract of the academic discipline. The discipline is aimed at developing knowledge on the application of basic physical therapy tools and methods in professional activities, as well as studying the principles, accounting for the effectiveness of therapeutic exercise classes, familiarization with theoretical and practical material on the use of basic physical therapy tools in individuals of different nosological groups. The scope of the discipline is 3 ECTS credits. Main topics: Introduction to the specialty "Physical Therapy", physical therapy for musculoskeletal injuries, physical therapy for nervous system injuries, physical therapy for cardiorespiratory system injuries, physical therapy for metabolic disorders, physical therapy for injuries in athletes. The final assessment is formed taking into account the results of current control and assessment.

Мета навчальної дисципліни – формування знань щодо застосування у професійній діяльності основних засобів та методів фізичної терапії, а також вивчення принципів, обліку ефективності занять терапевтичними вправами, ознайомлення з теоретичним й практичним матеріалом щодо використання основних засобів фізичної терапії в осіб різних нозологічних груп.

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
Заочна			10		80	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				заочна форма			
	усього	л.	пр.	с. р.	усього	л.	пр.	с. р.
Тема1. Вступ до спеціальності «Фізична терапія»	12		6	6	12		–	12
Тема 2. Фізична терапія при ураженнях опорно-рухового апарату	18		6	12	18		2	16
Тема 3. Фізична терапія при ураженнях нервової системи	14		6	8	14		2	12
Тема 4. Фізична терапія при ураженнях кардіореспіраторної системи	14		6	8	14		2	12
Тема 5. Фізична терапія при розладах обміну речовин	14		6	8	14		2	12
Тема 6. Фізична терапія при травмах у спортсменів	18		6	12	18		2	16
Усього:	**90**		**36**	**54**	**90**		**10**	**80**

Зміст навчальної дисципліни за темами

Тема 1. Вступ до спеціальності «Фізична терапія».

Історія розвитку фізичної терапії в Україні та у світі. Визначення основних понять: фізична терапія, фізичний терапевт. Мета та основні завдання фізичної терапії. Принципи фізичної терапії. Поняття мультидисциплінарної команди для надання реабілітаційних послуг. Сфери клінічної діяльності фізичного терапевта, його професійні компетентності. Засоби фізичної терапії. Терапевтична вправа як основний засіб фізичної терапії.

Тема 2. Фізична терапія при ураженнях опорно-рухового апарату.

Класифікація травм опорно-рухового апарату, основні клінічні прояви. Загальні принципи фізичної терапії при ураженнях опорно-рухового апарату. Фізична терапія після оперативних втручань при травмах та захворюваннях опорно-рухового апарату.

Тема 3. Фізична терапія при ураженнях нервової системи.

Загальні відомості про основні ураження нервової системи: ураження ЦНС, черепно-мозкова травма, хребтово-спинномозкова травма, порушення периферичної нервової системи. Роль фізичного терапевта в клініці неврологічних захворювань. Загальні принципи фізичної терапії при ураженнях нервової системи.

Тема 4. Фізична терапія при ураженнях кардіо-респіраторної системи.

Загальні відомості про основні захворювання кардіо-респіраторно системи: гіпертонічна хвороба, ішемічна хвороба серця, бронхіт, пневмонія, бронхіальна астма, хронічне обструктивне захворювання легень. Загальні принципи кардіореабілітації. Загальні принципи респіраторної реабілітації.

Тема 5. Фізична терапія при розладах обміну речовин.

Класифікація розладів обміну речовин: ожиріння, цукровий діабет, подагра. Основні клінічні прояви. Роль фізичного терапевта в ендокринологічній клініці. Загальні принципи фізичної терапії при порушеннях обміну речовин.

Тема 6. Фізична терапія при травмах у спортсменів.

Причини спортивного травматизму. Фактори ризику отримання спортивних травм. Засоби та методи фізичної терапії в спорті. Превенція спортивного травматизму. Травми плечового суглоба. Травми ліктьового суглоба. Травми променево-зап’ясткового суглоба. Травми кульшового суглоба. Травми колінного суглоба. Травми гомілково-стопного суглоба.

Тематика практичних занять

Номер і назва теми навчальної дисципліни	Номер за порядком і назва теми практичних занять	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
Тема1. Вступ до спеціальності «Фізична терапія»	1. Історія розвитку фізичної терапії в Україні та у світі. Визначення основних понять: фізична терапія, фізичний терапевт. Мета та основні завдання фізичної терапії. Принципи фізичної терапії. Поняття мультидисциплінарної команди для надання	2	

	реабілітаційних послуг. Сфери клінічної діяльності фізичного терапевта, його професійні компетентності.		
	2. Засоби фізичної терапії. Терапевтична вправа як основний засіб фізичної терапії.	2	
	3. Основи надання та програмування реабілітаційної послуги	2	
Тема 2. Фізична терапія при ураженнях опорно-рухового апарату	4. Класифікація травм опорно-рухового апарату, основні клінічні прояви. Роль фізичного терапевта в травматологічній клініці.	2	2
	5. Загальні принципи фізичної терапії при ураженнях опорно-рухового апарату.	2	
	6. Фізична терапія після оперативних втручань при травмах та захворюваннях опорно-рухового апарату.	2	
Тема 3. Фізична терапія при ураженнях нервової системи	7. Загальні відомості про основні ураження нервової системи: ураження ЦНС, черепно-мозкова травма, хребтово-спинномозкова травма, порушення периферичної нервової системи. Роль фізичного терапевта в клініці неврологічних захворювань.	2	2
	8. Загальні принципи фізичної терапії при ураженнях ЦНС.	2	
	9. Загальні принципи фізичної терапії при ураженнях ПНС.	2	
Тема 4. Фізична терапія при	10. Загальні відомості про основні захворювання кардіо-	2	2

ураженнях кардіо-респіраторної системи	респіраторної системи: гіпертонічна хвороба, ішемічна хвороба серця, бронхіт, пневмонія, бронхіальна астма, хронічне обструктивне захворювання легень.		
	11. Загальні принципи кардіореабілітації.	2	
	12. Загальні принципи респіраторної реабілітації.	2	
Тема 5. Фізична терапія при розладах обміну речовин	13. Класифікація розладів обміну речовин: ожиріння, цукровий діабет, подагра. Основні клінічні прояви. Роль фізичного терапевта в ендокринологічній клініці.	2	2
	14. Загальні принципи фізичної терапії при ожирінні.	2	
	15. Загальні принципи фізичної терапії при ЦД та подагрі.	2	
Тема 6. Фізична терапія при травмах у спортсменів	16. Причини спортивного травматизму. Фактори ризику отримання спортивних травм. Засоби та методи фізичної терапії в спорті. Превенція спортивного травматизму.	2	2
	17. Травми плечового суглоба. Травми ліктьового суглоба. Травми променево-зап’ясткового суглоба.	2	
	18. Травми кульшового суглоба. Травми колінного суглоба. Травми гомілково-стопного суглоба.	2	
	Усього:	**36**	**10**

Завдання для самостійної роботи здобувачів вищої освіти

Номер і назва теми навчальної дисципліни	Завдання	Кількість годин Денна форма	
		Денна форма	Заочна форма
Тема1. Вступ до спеціальності «Фізична терапія»	Всесвітня конфедерація фізичної терапії – історія виникнення. Міжнародна класифікація функціонування (МКФ): поняття активності, участі, функцій, структур, контекстуальних чинників. Пройти онлайн-курс «Вступ до реабілітації» Physiophedia Plus. Посилання на курс: https://members.physio-pedia.com/uk/introduction-to-rehabilitation-course-course-uk/	4	8
	Розкрити зміст поняття міждисциплінарний підхід (команда) в реабілітації. Постановка реабілітаційних цілей спеціалістів команди (пацієнт - лікар - фізичний терапевт – ерготерапевт – логопед – соціальний працівник). Зміст цілей у SMART форматі (коротко та довготермінові цілі).	2	4
Тема 2. Фізична терапія при ураженнях опорно-рухового апарату	Програмування реабілітаційних втручань при ураженнях опорно-рухового апарату: загальні положення щодо побудови програм ФТ. Довго-та короткострокові цілі при плануванні реабілітаційних втручань.	12	16
Тема 3. Фізична терапія при ураженнях нервової системи	Програмування реабілітаційних втручань при ураженнях нервової системи: загальні положення щодо побудови програми. Довго-та короткострокові цілі при	8	12

	плануванні реабілітаційних втручань.		
Тема 4. Фізична терапія при ураженнях кардіо-респіраторної системи	Програмування реабілітаційних втручань при ураженнях кардіо-респіраторної системи: загальні положення щодо побудови програми. Довго-та короткострокові цілі при плануванні реабілітаційних втручань.	8	12
Тема 5. Фізична терапія при розладах обміну речовин	Програмування реабілітаційних втручань при розладах обміну речовин: загальні положення щодо побудови програми. Довго-та короткострокові цілі при плануванні реабілітаційних втручань.	8	12
Тема 6. Фізична терапія при травмах у спортсменів	Програмування реабілітаційних втручань при травмах у спортсменів: загальні положення щодо побудови програми. Довго-та короткострокові цілі при плануванні реабілітаційних втручань.	12	16
	Усього	**54**	**80**

Очікувані результати навчання з навчальної дисципліни: застосування теоретичних знань і практичних навичок з фізичної терапії для розв'язання конкретних задач у сфері терапії та реабілітації завдяки:

знанням: поняття фізичної терапії; принципи фізичної терапії; мультидисциплінарний підхід для надання реабілітаційних послуг; сфери клінічної діяльності фізичного терапевта та його професійні компетентності; засоби фізичної терапії; основи програмування реабілітаційних втручань при різних патологічних станах, зокрема, ураженнях опорно-рухового апарату, нервової системи, кардіо-респіраторної системи, розладах обміну речовин та спортивному травматизмі;

умінням: пояснювати вплив засобів фізичної терапії на організм людини; визначати мету та завдання фізичної терапії; обирати засоби ФТ на основі їх терапевтичного впливу; програмувати реабілітаційні втручання при

різних патологічних станах, зокрема, ураженнях опорно-рухового апарату, нервової системи, кардіо-респіраторної системи, розладах обміну речовин та спортивному травматизмі.

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	
		Денна форма	Заочна форма
1. Історія розвитку фізичної терапії в Україні та у світі. Визначення основних понять: фізична терапія, фізичний терапевт. Мета та основні завдання фізичної терапії. Принципи фізичної терапії. Поняття мультидисциплінарної команди для надання реабілітаційних послуг. Сфери клінічної діяльності фізичного терапевта, його професійні компетентності.	Пройти онлайн-курс «Вступ до реабілітації» Physiophedia Plus	10	
2. Засоби фізичної терапії. Терапевтична вправа як основний засіб фізичної терапії.	Експрес-контроль	5	
3. Основи надання та програмування реабілітаційної послуги	Презентації	10	
4. Класифікація травм опорно-	Експрес-	3	20

рухового апарату, основні клінічні прояви. Роль фізичного терапевта в травматологічній клініці.	контроль		
5. Загальні принципи фізичної терапії при ураженнях опорно-рухового апарату.	Експрес-контроль	5	
6. Фізична терапія після оперативних втручань при травмах та захворюваннях опорно-рухового апарату.	Освоєння практичних навичок	5	
7. Загальні відомості про основні ураження нервової системи: ураження ЦНС, черепно-мозкова травма, хребтово-спинномозкова травма, порушення периферичної нервової системи. Роль фізичного терапевта в клініці неврологічних захворювань.	Експрес-контроль	3	20
8. Загальні принципи фізичної терапії при ураженнях ЦНС.	Освоєння практичних навичок	5	
9. Загальні принципи фізичної терапії при ураженнях ПНС.	Презентації	10	
10. Загальні відомості про основні захворювання кардіо-респіраторної системи: гіпертонічна хвороба, ішемічна хвороба серця, бронхіт, пневмонія, бронхіальна астма, хронічне обструктивне захворювання легень.	Експрес-контроль	3	20
11. Загальні принципи кардіореабілітації.	Освоєння практичних навичок	5	
12. Загальні принципи респіраторної реабілітації.	Освоєння практичних навичок	5	
13. Класифікація розладів обміну речовин: ожиріння, цукровий діабет, подагра. Основні клінічні прояви. Роль фізичного терапевта в	Експрес-контроль	3	20

ендокринологічній клініці.			
14. Загальні принципи фізичної терапії при ожирінні.	Освоєння практичних навичок	5	
15. Загальні принципи фізичної терапії при ЦД та подагрі.	Презентації	10	
16. Причини спортивного травматизму. Фактори ризику отримання спортивних травм. Засоби та методи фізичної терапії в спорті. Превенція спортивного травматизму.	Експрес-контроль	3	20
17. Травми плечового суглоба. Травми ліктьового суглоба. Травми променево-зап'ясткового суглоба.	Освоєння практичних навичок	5	
18. Травми кульшового суглоба. Травми колінного суглоба. Травми гомілково-стопного суглоба.	Освоєння практичних навичок	5	
	Усього:	**100**	**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:

1. Beck J. Cognitive Therapy: Basics and Beyond. 3rd ed. New York : The Guilford Press, 2020. 412 p.
2. Gutman S. A. Introduction to Occupational Therapy. 5th ed. St. Louis (MO) : Elsevier, 2020. 520 p.
3. Hoogenboom B., Voight M. L., Prentice W. E. Foundations of Physical Therapy: A 21st Century Approach. Burlington (MA) : Jones & Bartlett Learning, 2021. 600 p.
4. O'Sullivan S. B., Schmitz T. J., Fulk G. Physical Rehabilitation. 7th ed.

Philadelphia (PA) : F.A. Davis Company, 2021. 1488 p.

5. Sinha A. G. Principles & Practice of Therapeutic Massage. New Delhi : Jaypee Brothers Medical Publishers, 2021. 206 p.

6. Бондар В. М., Бондар І. М. Фізична терапія та ерготерапія : навч. посіб. Київ : Медицина, 2022. 320 с.

7. Вакуленко Д. В., Вакуленко Л. О., Кутакова О. В. Лікувально-реабілітаційний масаж : навч. посіб. Київ : ВСВ Медицина, 2020. 568 с.

8. Ерготерапія : підручник / О. Швесткова, К. Свєцена та ін. Київ : Чеський центр у Києві, 2019. 280 с.

9. Єфіменко П. Б., Каніщева О. П., Свєрчкова О. В. Масаж дорослих і дітей : навч. посіб. Київ : ВСВ Медицина, 2023. 215 с.

10. Основи масажу та самомасажу : навч.-метод. посіб. / укл. С. В. Дарійчук. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2018. 184 с.

11. Про організацію реабілітації у сфері охорони здоров'я : Наказ Міністерства охорони здоров'я України від 31.07.2020 № 1836. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1110-20#Text (дата звернення: 03.07.2025).

12. Сальво С. Г. Масажна терапія: принципи і практика. 7-е вид. Київ : ВСВ Медицина, 2024. 871 с.

13. Яримбаш К. С., Дорофєєва О. Є., Афанасьєва О. С. Фізична реабілітація осіб з особливими потребами : підручник. Дніпро : Журфонд, 2017. 215 с.

Додаткові:

1. Сайт Всесвітньої Федерації Ерготерапевтів. [Internet]. Avaliable from: http://wfot.org

2. Сайт Американської Асоціації Ерготерапії (AOTA). [Internet]. Available from: https://www.aota.org/

3. Сайт Американського Конгресу Реабілітаційної Медицини (ACRM). [Internet]. Available from: https://www.acrm.org/