

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ  
УКРАЇНИ**

**ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І ТУРИЗМУ**

**Кафедра фізичної терапії та ерготерапії**

**Сілабус дисципліни  
Редизайн стилю життя**

**рівень вищої освіти:** другий (магістерський)

**спеціальність:** 227 Фізична терапія, ерготерапія

**спеціалізація:** 227. 1 Ерготерапія

**освітньо-професійна програма:** Ерготерапія

**код дисципліни в освітньо-професійній програмі:** ВК.ФР 2.1

**мова навчання:** українська

Розробники:

**Балаж Марія Степанівна**, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичної терапії та ерготерапії, [balazhms@gmail.com](mailto:balazhms@gmail.com)

**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 4 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 4 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** – 4 кредити ЄКТС, які розподіляються у годинах:

Форми навчання	Види навчальних занять				Самостійна робота	Разом
	лекції	лабораторні	практичні	семінарські		
Денна	10	0	30	0	80	120

**Статус навчальної дисципліни:** за вибором.

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

на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти: «Біомеханіка», «Клінічний реабілітаційний менеджмент при порушеннях діяльності серцево-судинної та дихальної систем», «Клінічний реабілітаційний менеджмент при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату», «Клінічний реабілітаційний менеджмент при неврологічних дисфункціях», «Основи практичної діяльності у фізичній терапії та ерготерапії»; «Науково-доказова практична діяльність у фізичній терапії та ерготерапії».

### **Програма навчальної дисципліни.**

#### ***Тематичний план навчальної дисципліни***

Номер і назва теми	Кількість годин							
	денна форма навчання				заочна форма навчання			
	усього	у тому числі			усього			
		л.	прак.	с. р.		л.	прак.	с. р.
Тема 1. Редизайн стилю життя в ерготерапії	18	2	4	12				
Тема 2. Редизайн стилю життя в геріатрії	20	2	4	14				
Тема 3. Процес редизайну стилю життя осіб із хронічними захворюваннями опорно-рухового апарату і в менеджменті болю	20	2	4	14				
Тема 4. Процес редизайну способу життя осіб із	20	2	6	12				

хронічними захворюваннями серцево-судинної системи								
Тема 5. Процес редизайну способу життя осіб з хронічними захворюваннями дихальної системи	20	0	6	14				
Тема 6. Процес редизайну способу життя осіб з наслідками травм і захворювань нервової системи	22	2	6	14				
Всього годин:	120	10	30	80				

### ***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 дисципліни	Номер і назва теми практичних занять	Кількість годин	
		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
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	
	2. Життя з хронічним захворюванням. Поняття про редизайн способу життя в ерготерапії. Процес ерготерапевтичного втручання.	2	
Тема 2. Редизайн стилю життя в геріатрії	3. Редизайн способу життя в геріатрії з точки зору науково обґрунтованої практики.	2	
	4. Моделі втручання. Структура втручання.	2	
Тема 3. Процес редизайну стилю життя осіб із хронічними захворюваннями опорно-рухового апарату і в менеджменті болю	5. Сучасні підходи до менеджменту болю.	2	
	6. Процес редизайну способу життя осіб із ревматоїдними захворюваннями.	2	

Тема 4. Процес редизайну способу життя осіб із хронічними захворюваннями серцево-судинної системи	7. Фактори способу життя, що впливають на участь пацієнта/клієнта із серцево-судинним захворюванням у сферах продуктивної діяльності, дозвілля та самообслуговування.	2	
	8. Процес редизайну способу життя осіб із ішемічною хворобою серця та захворюваннями периферичних судин.	2	
	9. Процес редизайну способу життя осіб із хронічною серцевою недостатністю.	2	
Тема 5. Процес редизайну способу життя осіб з хронічними захворюваннями дихальної системи	10. Фактори способу життя, що впливають на участь пацієнта/клієнта із захворюванням дихальної системи у сферах продуктивної діяльності, дозвілля та самообслуговування.	2	
	11. Процес редизайну способу життя осіб із ХОЗЛ.	2	
	12. Процес редизайну способу життя осіб із бронхіальною астмою.	2	
Тема 6. Процес редизайну способу життя осіб з наслідками травм і захворювань нервової системи	13. Редизайн способу життя осіб із наслідками мозкового інсульту.	2	
	14. Основи редизайну способу життя осіб із хворобою Альцгеймера та осіб із розсіяним склерозом.	2	
	15. Основні підходи до редизайну способу життя осіб із хворобою Паркінсона.	2	
Всього годин:		30	

***Завдання для самостійної роботи студентів***

Номер і назва теми	Завдання	Кількість годин
--------------------	----------	-----------------

дисципліни		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
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.	4	
	3. Підготовка до практичного заняття з теми 2	4	
Тема 2. Редизайн стилю життя в геріатрії	4. Науково обгрунтована практика в ерготерапії	4	
	5. Моделі втручання, що застосовуються ерготерапевтами в геріатрії	4	
	6. Можливості реалізації програм втручання в умовах України.	4	
	7. Підготовка до практичного заняття з теми 3.	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.	6	
	9. Можливості редизайну способу життя в осіб із болем в нижній частині спини та в осіб із болем в шії.	6	
	10. Підготовка до практичного заняття з теми 4.	2	
Тема 4. Процес редизайну способу життя осіб із хронічними	11. Редизайн способу життя осіб із захворюваннями периферичних судин.	4	
	12. Редизайну способу життя осіб із хронічною серцевою	4	

захворюваннями серцево-судинної системи	недостатністю внаслідок різних захворювань серцево-судинної системи		
	13. Підготовка до практичного заняття з теми 5.	4	
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.	6	
	15. Редизайну способу життя осіб із бронхіальною астмою.	4	
	16. Підготовка до практичного заняття з теми 6.	4	
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 демієнілізуючими захворюваннями ЦНС.	4	
	19. Редизайн способу життя осіб із захворюваннями периферичної нервової системи	4	
Всього годин:		80	

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

**знанням:** основних факторів способу життя пацієнта, що впливають на участь пацієнта/клієнта у сферах продуктивної діяльності, дозвілля та самообслуговування; ергономіки та універсального дизайну 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 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 практичних (семінарських, лабораторних) заняттях та під час консультацій науково-педагогічних працівників з тем, на які не передбачено аудиторних годин. Робочою програмою навчальної дисципліни для студентів заочної форми навчання, або в установленому порядку з тем, заняття з яких було пропущене здобувачем вищої освіти. Використовуються такі форми поточного контролю та розподіл балів, які може отримати студент за тему:

#### *Тематика практичних занять*

Номер і назва теми практичних занять	Засоби оцінювання	Кількість балів за тему
1. Основні хронічні захворювання загальної популяції і населення України. Фактори способу життя і їх зв'язок з основними хронічними захворюваннями.	Обговорення Експрес-контроль	4
2. Життя з хронічним захворюванням. Поняття про редизайн способу життя в ерготерапії. Процес ерготерапевтичного втручання.	Робота в малих групах з науковими статтями	8
3. Редизайн способу життя в геріатрії з точки зору науково обґрунтованої практики.	Робота в малих групах	8
4. Моделі втручання. Структура втручання.	Кейси. Симуляція	8
5. Сучасні підходи до менеджменту болю.	Самостійна робота Презентація	8
6. Процес редизайну способу життя осіб із ревматоїдними захворюваннями.	Експрес контроль (письмово) Усне опитування	4+4
7. Фактори способу життя, що впливають на участь пацієнта/клієнта із серцево-судинним захворюванням у сферах продуктивної діяльності, дозвілля та самообслуговування.	Кейси. Симуляція	8

8. Процес редизайну способу життя осіб із ішемічною хворобою серця та захворюваннями периферичних судин.	Кейси. Симуляція	8
9. Процес редизайну способу життя осіб із хронічною серцевою недостатністю.	Обговорення Експрес-контроль	4
10. Фактори способу життя, що впливають на участь пацієнта/клієнта із захворюванням дихальної системи у сферах продуктивної діяльності, дозвілля та самообслуговування.	Кейси. Симуляція	8
11. Процес редизайну способу життя осіб із ХОЗЛ.	Презентація практичної роботи	4
12. Процес редизайну способу життя осіб із бронхіальною астмою.	Обговорення Експрес-контроль	4
13. Редизайн способу життя осіб із наслідками мозкового інсульту.	Колективна практична робота	8
14. Основи редизайну способу життя осіб із хворобою Альцгеймера та осіб із розсіяним склерозом.	Обговорення	4
15. Основні підходи до редизайну способу життя осіб із хворобою Паркінсона.	Кейси. Симуляція	8
	Усього	100

Лектор під час завершення лекції з теми дисципліни знайомить здобувачів вищої освіти з відповідними завданнями для самостійної роботи та темами практичних занять.

Перед початком практичного (семінарського, лабораторного) заняття науково-педагогічний працівник ознайомлює здобувачів вищої освіти із формами 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 34 балів, до заліку/екзамену не допускається, і може в установленому порядку пройти повторне вивчення цієї дисципліни.

Заліки/екзамени проводяться у порядку, визначеному у Положенні про організацію освітнього процесу в університеті.

### **Критерії оцінювання**

1. Усна відповідь на питання практичного заняття оцінюється у 4 бали: 4 балів – студент повністю засвоїв теоретичний матеріал, логічно викладає його, робить висновки, висловлює гіпотези, дискутує. 3 бали – студент засвоїв теоретичний матеріал, вільно викладає його, наводить приклади, однак є незначні проблеми з усвідомленням системних зв'язків, не завжди дотримується логіки викладу, припускається незначних помилок чи неточностей. 2 бали – студент засвоїв матеріал на репродуктивному рівні (переказування), приймає активну участь у роботі, відтворює вивчене не завжди логічно, припускається помилок. 1 бал – студент, який невпевнено переказує матеріал, під час відповіді потребує допомоги, допускається помилок. 0 балів – студент відсутній на занятті.

2. Виконання студентом самостійної роботи у вигляді кейсів, симуляцій, презентацій тощо оцінюється у 8 балів: 8 балів отримує студент, який повністю розкрив тему самостійної роботи, використовував основну і додаткову літературу. Проявив самостійність і творчий підхід. Матеріал подано логічно і своєчасно. 6-7 балів отримує студент, який розкрив тему самостійної роботи за всіма пунктами плану, використав більшість рекомендованої літератури. Матеріал подано логічно, можливо не своєчасно. 4-5 балів одержує студент, який тему самостійної роботи розкрив не повністю (висвітлено не всі пункти плану, матеріал подано стисло). Використано недостатню кількість літературних джерел. Матеріал побудовано не логічно. 2-3 бали одержує студент, який розкрив незначну частину матеріалу (декілька пунктів плану), використав недостатню кількість літературних джерел. Відсутня логіка подачі матеріалу, а також порушена цілісність системи знань. Матеріал подано не своєчасно. 1 бал – студент роботу виконав формально, стисло, не своєчасно. 0 балів – студент роботи не підготував.

### **Підсумковий контроль.**

#### *Залікові вимоги*

1. Основні хронічні захворювання загальної популяції і населення України.
2. Фактори способу життя і їх зв'язок з основними хронічними захворюваннями. Життя з хронічним захворюванням.
3. Поняття про редизайн способу життя в ерготерапії.
4. Процес ерготерапевтичного втручання.
5. Редизайн стилю життя в геріатрії
6. Редизайн способу життя в геріатрії з точки зору науково обґрунтованої практики.
7. Моделі втручання з редизайну способу життя в геріатрії
8. Структура втручання з редизайну способу життя в геріатрії.
9. Можливості реалізації програм втручання з редизайну способу життя в геріатрії в умовах України.

10. Процес редизайну стилю життя осіб із хронічними захворюваннями опорно-рухового апарату і в менеджменті болю
11. Сучасні підходи до менеджменту болю
12. Процес редизайну способу життя осіб із ревматоїдними захворюваннями
13. Редизайн способу життя в осіб із болем в спині.
14. Процес редизайну способу життя осіб із хронічними захворюваннями серцево-судинної системи
15. Фактори способу життя, що впливають на участь пацієнта/клієнта із серцево-судинним захворюванням у сферах продуктивної діяльності, дозвілля та самообслуговування.
16. Процес редизайну способу життя осіб із ішемічною хворобою серця та захворюваннями периферичних судин.
17. Процес редизайну способу життя осіб із хронічною серцевою недостатністю.
18. Процес редизайну способу життя осіб з хронічними захворюваннями дихальної системи
19. Фактори способу життя, що впливають на участь пацієнта/клієнта із захворюванням дихальної системи у сферах продуктивної діяльності, дозвілля та самообслуговування.
20. Процес редизайну способу життя осіб із ХОЗЛ.
21. Процес редизайну способу життя осіб із бронхіальною астмою.
22. Процес редизайну способу життя осіб з наслідками травм і захворювань нервової системи
23. Редизайн способу життя осіб із наслідками мозкового інсульту.
24. Основи редизайну способу життя осіб із хворобою Альцгеймера та осіб із розсіяним склерозом.
25. Основні підходи до редизайну способу життя осіб із хворобою Паркінсона.

### **Рекомендовані джерела інформації:**

#### ***Основна література:***

1. [Coppard](#) ВМ, [Lohman](#) Н. Introduction to Orthotics - E-Book: A Clinical Reasoning and Problem-Solving Approach, 4th Edition. Mosby; 2014. 487p.
2. Foster M. Theoretical frameworks. Occupational Therapy and Physical Dysfunction: Principles, Skills and Practice. London: Churchill Livingstone. 2002. 688p.
3. Duncan ES. Skills and processes in occupational therapy. Foundations for Practice in Occupational Therapy. London: Churchill Livingstone. 2011. 288p.
4. Introduction to Occupational Therapy. Forth Edition. Jane Clifford O'Brien. 2010, 3-40.

#### ***Додаткова література:***

1. Silvia Clutton, Jani Grisbrooke, Sue Pengelly (2006), Occupational Therapy in Housing.

2. Helen Lohman (2006) Occupational Therapy with Elders. Strategies for the COTA.
3. Anne McIntyre and Anita Atwal, 2005, Occupational Therapy and Older People.

*Електронні ресурси:*

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/>