

Силабус курсу:

ПРОФІЛАКТИКА ПОРУШЕНЬ ЗОРУ ТА ОСАНКИ



СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

<i>Ступінь вищої освіти:</i>	Бакалавр
<i>Спеціальність:</i>	053 Психологія
<i>Рік підготовки:</i>	2
<i>Семестр викладання:</i>	осінній, весінній
<i>Кількість кредитів ЄКТС:</i>	6.0
<i>Мова(-и) викладання:</i>	українська
<i>Вид семестрового контролю</i>	залік, екзамен

Автор курсу та лектор:

Лук'янюк Олександр Васильович

вчений ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я та по-батькові

старший викладач кафедри здоров'я людини та фізичного виховання

посада

64LAV@ukr.net

електронна адреса

+38-095-414-4632

телефон

**Viber за номером
телефону**

месенджер

за розкладом

консультації

Анотація навчального курсу

Цілі вивчення курсу:

Метою лекційних занять є формування комплексу знань та на їх основі професійних умінь із застосування методів фізіотерапевтичних впливів для лікування, реабілітації та профілактики захворювань зору і опорно-рухового апарату у відповідності до освітньо-кваліфікаційної характеристики та вимог освітньо-професійної програми підготовки бакалавра.

Метою самостійної роботи за дисципліною «Профілактика порушень зору та осанки» є засвоєння здобувачами вищої освіти навчального матеріалу в час вільний від обов'язкових навчальних занять, без участі викладача; поглиблення, узагальнення та закріплення знань, які студенти отримують у процесі навчання, а також застосування цих знань на практиці.

Результати навчання:

Знання: Суть патологічних змін, які виникають при порушеннях зору та осанки у людини. Основні принципи виконання програми з фізичної реабілітації осіб з порушеннями зору і осанки та етапи визначення реабілітаційної програми. Основні методики, програми та засоби при порушеннях опорно-рухового апарату та зору. Показання і протипоказання до використання ФР та ЛФК при порушеннях зору і осанки.

Вміння: Проводити профілактичні заходи щодо порушень зору та осанки. Здійснювати пошук, аналізувати і оцінювати інформацію з різних джерел. Аргументувати вибір використання засобів фізичної реабілітації при різних травмах та захворюваннях опорно-рухового апарату і зору. Поєднувати теорію і практику, а також приймати рішення щодо засобів фізичної реабілітації у комплексному лікуванні хворих з порушеннями зору і осанки. Володіти галузевою термінологією. Застосувати отриманні знання у професійній діяльності. На основі вивчення вікової анатомії, фізіології органу зору, патогенезу захворювань, класифікацій, особливостей клінічної картини, опанування студентами необхідних знань та вмінь, дій, цільових завдань, навичок, які відповідають кінцевим цілям вивчення навчальної дисципліни.

Передумови до початку вивчення:

Базові знання з дисциплін: «Анатомія та фізіологія людини», «Фізіологія ЦНС, ВНД та основи психофізіології», «Вікова анатомія та фізіологія», «Біологія з основами антропології та генетики», «Біомеханіка», «Методика навчання основ здоров'я, проведення виховної роботи з формування мотивації до здорового способу життя», «Діагностика і моніторинг рівня здоров'я», «ЛФК».

Мета курсу (набуті компетентності)

Мета викладання дисципліни - підготовка фахівців, здатних вирішувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми, пов'язані з порушеннями функцій органів зору та осанки (опорно-рухового апарату)

Вивчення даного навчального курсу призначене для формування, удосконалення та розвитку у здобувача вищої освіти наступних компетентностей:

1. Опанування засобами фізичної реабілітації, послідовністю застосування її форм і методів відповідно до характеру перебігу захворювання, загального стану хворого, періоду та етапу реабілітації, рухового режиму тощо.
2. Опанування знаннями щодо відновлення та запобігання втрати рухових функцій та зору.
3. Вміння послідовно і методично правильно застосувати засоби фізичної реабілітації з метою відновлення повноцінної життєдіяльності відповідно до бажань і потреб людини.
4. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
5. Оволодіння етико-деонтологічними основами охорони зору людей різного віку.
6. Опанування знаннями щодо показань та протипоказань використання засобів фізичної реабілітації.
7. Вміння обґрунтовувати з клініко-фізіологічних позицій необхідність використання у фізичній реабілітації хворих з порушеннями зору і осанки засобів лікувальної фізичної культури, лікувального масажу, фізіотерапії, механотерапії, працетерапії.
8. Вміння поєднувати теорію з практикою.
9. Вміння використовувати у соціальній та професійній реабілітації лікувальних і профілактичних засобів з метою комплексного відновлення фізичного здоров'я та працездатності хворих з порушеннями зору і осанки.
10. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.
11. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

Структура курсу

№	Тема	Години (Л/ПЗ)	Стислий зміст	Інструменти і завдання
1	Профілактика порушень опорно-рухового апарату у дітей	4/4	Морфологічні та вікові особливості хребта людини. Поняття про поставу. Види порушення нормальної постави. Причини і профілактика їх виникнення. Валеологічні умови виховання правильної постави у школярів. Фізичні вправи у формуванні навичок правильної постави.	Практичні вправи та індивідуальні завдання. Опитування.
2	Фізична реабілітація при дефектах постави, сколіозах та плоскостопості	4/4	Дефекти постави, характеристика і особливості фізичної реабілітації. Сколіоз, ступені сколіозу і фізична реабілітація при різних ступенях сколіозу. Види плоскостопості і особливості фізичної реабілітації.	Практичні вправи. Індивідуальні та тестові завдання. Опитування.
3	Профілактика порушень постави і плоскостопості у дітей в умовах закладів освіти засобами фізичного виховання	4/4	Формування постави і склепіння стопи у дітей дошкільного та шкільного віку під час навчального процесу. Методики оцінки постави і склепіння стопи. Профілактика і корекція порушень постави і плоскостопості у дітей в умовах навчального закладу.	Практичні вправи та індивідуальні завдання. Опитування.
4	Програма розвитку дітей дошкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату	2/2	Виховання і навчання дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку, тривалого лікування та реабілітації за окремими програмами і методиками, розробленими на основі Державного базового компоненту дошкільної освіти.	Практичні вправи. Індивідуальні завдання. Опитування.
5	Гідрокінезотерапія при порушенні постави у дітей	2/2	Показання до гідрокінезотерапії, види вправ. Квалітативні та квантитативні методи. Програма гідрокінезотерапії, як засобу фізичної терапії постави у дітей шкільного віку.	Практичні вправи. Індивідуальні завдання. Опитування.
6	Протрузія та грижа міжхребцевих дисків	2/2	Причини розвитку протрузії. Види протрузій, діагностика та профілактика. Лікування протрузії дисків. Причини виникнення гриж міжхребцевих дисків. Симптоми і ознаки грижі хребта. Лікування грижі хребта.	Тестове завдання. Практичні вправи. Індивідуальні завдання. Опитування.
7	Варусна та вальгусна деформація стопи	2/2	Патології опорно-рухового апарату, що характеризується викривленням склепінь стопи і її осі. Причини формування патології. Викривлення стопи у маленьких дітей. Деформації гомілки у дорослих. Діагностування, лікування та профілактика захворювання.	Практичні вправи. Індивідуальні завдання. Опитування.
8	Метод Шрот-терапії. Тренажер Євмінова, слінг-терапія, тракційна терапія хребта	4/4	Методика Катаріни Шрот для лікування сколіозу. Профілактор, тренажер або дошка Євмінова. Слінг-терапія ефект невагомості. Тракційна терапія хребта.	Практичні вправи. Індивідуальні завдання. Опитування.

№	Тема	Години (Л/ПЗ)	Стислий зміст	Інструменти і завдання
9	Людське око. Профілактика та гігієна органів зору	2/2	Поле зору. Бачення. Наближена реакція. Профілактика та гігієна зору.	Практичні вправи. Опитування.
10	Гострота зору	2/2	Історія. Гострота зору з боку медицини. Зорові функції. Визначення гостроти зору. Подвійність сітківки. Таблиці для перевірки гостроти зору. Вікові особливості зору.	Практичні вправи та індивідуальні завдання. Опитування.
11	Запобігання порушень зору у дітей	6/4	Будова зорового аналізатора. Функції зорового аналізатора. Оптична система і рефракція ока. Порушення функцій зорового аналізатора у дітей та їх профілактика. Принципи профілактики і лікування короткозорості у дітей. Профілактика порушення зору у дітей і підлітків. Косоокість: (уявна косоокість; прихована косоокість (гетерофорія); справжня косоокість). Дальтонізм – порушення кольорового зору. Вплив перегляду телепередач на зір дитини. Очний травматизм у дітей. Світловий режим у навчальних приміщеннях. Особливості зорового апарату дитини.	Тестове та індивідуальне завдання. Практична робота
12	Медична реабілітація та профілактика порушень зору в дітей	4/2	Методи обстеження і лікування захворювань зорової системи. Амбліопія. Плеоптичне лікування. Системи лікувальних заходів. Психогігієна.	Практичні вправи. Тестове та індивідуальне завдання. Опитування.
13	Адаптивна фізична культура для дітей з порушенням зору	2/4	Зорові дисфункції у дітей шкільного віку. Особливості психічного розвитку дітей з порушенням зору. Особливості фізичного розвитку і рухових порушень. Завдання і засоби адаптивного фізичного виховання. Показання і протипоказання до фізичних навантажень. Корекція і профілактика порушень зору.	Індивідуальні завдання. Опитування.
14	Сучасні методи корекції зору і методики безопераційного відновлення зору	2/4	Сучасні методи корекції зору. Методики безопераційного відновлення зору. Методика У. Бейтса. Гімнастика для очей по Норбекову. Лікувальна і профілактична гімнастика Жданова.	Практичні вправи. Індивідуальні завдання. Опитування
Всього годин		42/42		

Рекомендована література

Основна література:

1. Мухін В.М. Фізична реабілітація. – К.: Олімпійська література, 2005. – 324 с.
2. Окамото Г. Основи фізичної реабілітації / Г. Окамото. – Л. : Галицька видавнича спілка, 2002. – 294 с.
3. Стандартні правила щодо урівняння можливостей інвалідів / Л. : Надія, 1998. – 48 с
4. Лікувальна фізкультура та технічні засоби реабілітації : навчальний посібник / Д.М. Циганок, І.В. Янович, Ю.А. Завацький. В.А.Шаповалова – Северодонецьк : вид-во СНУ ім. В. Даля, 2022. – 190 с.
5. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина (Вибрані лекції для студентів) / Абрамов В.В., Клапчук В.В., Смирнова О.Л. та ін.; за ред. проф. В.В Клапчука. – Дніпропетровськ: Медакадемія, 2006. – 179 с.
6. Лечебная физкультура: Справочник // Под ред. Епифанова В.А.- М.: Медицина, 1987.-528с

Допоміжна:

1. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина (Вибрані лекції для студентів) / Абрамов В.В., Клапчук В.В., Смирнова О.Л. та ін.; за ред. проф. В.В Клапчука. – Дніпропетровськ: Медакадемія, 2006. – 179 с.
2. Лечебная физкультура: Справочник // Под ред. Епифанова В.А.- М.: Медицина, 1987.- 528с
3. Лечебная физкультура и врачебный контроль //Под ред. В.А.Епифанова, Г.Л. Апанасенко .-М.: Медицина, 1990.
4. Лечебная физическая культура: Учебник для институтов физкультуры //Под ред. С.Н.Попова.-М.: Физкультура и спорт, 1988.-272с.
5. Лікувальна фізична культура: Підручник / за ред. проф. В.С. Соколовського; Одеса, Одеський медичний університет, 2005р.-234с.
6. Основи фізичної реабілітації: навч. посіб. / О.В. Бісмак, Н.Г. Мельнік. – Х.: Вид-во Бровін О.В., 2010 – 120 с. (Українською мовою).
7. Основи фізичної реабілітації / Магльований А., Мухін В., Магльована Г. - Львів, 2006. - 150 с. ІВВН 5-7763-2350-9 © Магльований А., Мухін В., Магльована Г., 2006

Інформаційні ресурси.

Система дистанційного навчання СНУ ім. В. Даля – <http://moodle.snu.edu.ua/>

Оцінювання курсу

За повністю виконані завдання здобувач вищої освіти може отримати визначену кількість балів:

Інструменти і завдання	Кількість балів
Участь в обговоренні	5 (по 0,25 б – 21 ЛК)
Практичні заняття, тестові завдання	60
Індивідуальні завдання (контрольні роботи, реферат, глосарій термінів, тези участі у конференціях тощо)	20
Підсумковий екзаменаційний тест	15
Разом	100

Шкала оцінювання здобувачів вищої освіти

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Політика курсу

<i>Плагіат та академічна доброчесність:</i>	<p>Дотримання академічної доброчесності за курсом ґрунтується на внутрішньо-університетській системі запобігання та виявлення академічного плагіату. До основних вимог за курсом віднесено - посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей; надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації. Перевірка текстів на унікальність здійснюється однаково для всіх здобувачів засобами:</p> <ul style="list-style-type: none">- за допомогою програмного забезпечення Unicheck і засобів системи MOODLE.
<i>Завдання і заняття:</i>	<p>Очікується, що всі здобувачі вищої освіти відвідають усі лекції і практичні заняття курсу. Здобувачі мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку здобувачі зобов'язані дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт, передбачених курсом. Якщо здобувач вищої освіти відсутній з поважної причини, він/вона презентує виконані завдання під час консультації викладача. Здобувач вищої освіти має право на оскарження результатів оцінювання.</p>
<i>Поведінка на заняттях:</i>	<p>Курс передбачає індивідуальну та групову роботу. Середовище на заняттях є дружнім, творчим, відкритим до конструктивної критики. На заняття слухачі мають з'являтися вчасно (відеозв'язок Teams) відповідно до діючого розкладу занять, яке міститься на сайті університету. Під час занять усі його учасники мають дотримуватися вимог техніки безпеки.</p>