

**ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД  
«УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ  
Кафедра фізичної реабілітації**

**«ЗАТВЕРДЖУЮ»**  
декан факультету здоров'я  
та фізичного виховання  
\_\_\_\_\_ Миронюк І. С.  
**« 30 » червня 2021 р.**

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Мануальні методи у фізичній терапії та  
постізометрична релаксація**

Рівень вищої освіти:	<b>перший (бакалаврський) рівень</b>
Галузь знань:	<b>22 Охорона здоров'я</b>
Спеціальність:	<b>227 Фізична терапія, ерготерапія</b>
Освітня програма:	<b>227 «Фізична терапія, ерготерапія»</b>
Статус дисципліни:	<b>обов'язкова</b>
Мова навчання:	<b>українська</b>

Робоча програма навчальної дисципліни «**Мануальні методи і фізичній терапії та постізометрична релаксація**» для здобувачів вищої освіти галузі знань **22 Охорона здоров'я** спеціальності **227 Фізична терапія, ерготерапія**, освітньої програми **227 «Фізична терапія, ерготерапія»**.

**Розробник: Філак Я. Ф. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, завідувач кафедри фізичної реабілітації**

Робочу програму розглянуто та затверджено на засіданні **кафедри фізичної реабілітації**

Протокол № 12 від 30 червня 2021 року

Завідувач кафедри фізичної реабілітації \_\_\_\_\_ (Філак Я. Ф.)

Схвалено науково-методичною комісією факультету здоров'я та фізичного виховання

Протокол № 10 від червня 2021 року

Голова науково-методичної комісії \_\_\_\_\_ (Ф. Г. Філак)

## 1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Розподіл годин за навчальним планом
	Денна форма навчання
Кількість кредитів ЄКТС – <b>3</b>	Рік підготовки:
Загальна кількість годин – <b>90</b>	<b>2</b>
Кількість модулів – <b>2</b>	Семестр:
Тижневих годин для денної форми навчання: <b>3</b>  аудиторних – <b>44</b>  самостійної роботи студента – <b>46</b>	<b>3</b>
	Лекції:
	<b>20</b>
	Практичні (семінарські):
Вид підсумкового контролю: <b>залік</b>	Лабораторні:
	<b>24</b>
Форма підсумкового контролю: <b>письмове тестування</b>	Самостійна робота:
	<b>46</b>

## 2. МЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Метою вивчення навчальної дисципліни «Мануальні методи в фізичній терапії та постізометрична релаксація» є підготовка фахівців напряму підготовки 227 «Фізична терапія, ерготерапія» за освітньо-кваліфікаційним рівнем бакалавра необхідних фахівцеві з фізичної терапії, ерготерапії, знань, умінь і навичок для здійснення мануальних маніпуляцій, які спрямовані на відновне лікування кістково-м'язової системи, внутрішніх органів за допомогою дії рук. Формування у студентів загальних та фахових компетентностей володіння методикою мануальних методів, постізометричної релаксації на сегменти хребта, суглоби, м'язи та зв'язки для усунення зміщень та функціональних блоків у суглобах, зняття м'язових спазмів та больових тригерних та застосування їх в комплексних програмах фізичної терапії та ерготерапії. Знання про застосування у фізичної терапії методик мануальної терапії передбачає знання біомеханіки суглобів і м'яких тканин, уміння контролювати навантаження мануальної терапії на тканин та їх реакцію. Вивчення дисципліни передбачає набуття студентами теоретичних знань, володіння практичними навичками мануальних методів у реабілітації загалом та фізичної терапії зокрема.**

Відповідно до освітньої програми, вивчення дисципліни сприяє формуванню у здобувачів вищої освіти таких компетентностей:

### *Загальних:*

- знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності (ЗК 01).
- навички міжособистісної взаємодії (ЗК 03).
- здатність працювати в команді (ЗК 04).
- навички використання інформаційних і комунікаційних технологій (ЗК 09).
- здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел (ЗК 10).
- здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями (ЗК 11).
- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях (ЗК 12).
- Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя (ЗК 15).

### *Спеціальних (фахових):*

- здатність пояснити пацієнтам, клієнтам, родинам, членам міждисциплінарної команди, іншим медичним працівникам потребу у заходах фізичної терапії, ерготерапії, принципи їх використання і зв'язок з охороною здоров'я (СК 01).
- здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції (СК 02).
- здатність трактувати патологічні процеси та порушення і застосовувати для їх корекції придатні засоби фізичної терапії, ерготерапії (СК 03).
- здатність провадити безпечну для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця практичну діяльність з фізичної терапії, ерготерапії у травматології та ортопедії, неврології та нейрохірургії, кардіології та пульмонології, а також інших областях медицини (СК 05)
- здатність виконувати базові компоненти обстеження у фізичній терапії та/або ерготерапії: спостереження, опитування, вимірювання та тестування, документувати їх результат (СК 06).
- здатність забезпечувати відповідність заходів фізичної терапії та/або ерготерапії функціональним можливостям та потребам пацієнта/клієнта (СК 09).
- здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів (СК 12).
- здатність знаходити шляхи постійного покращення якості послуг фізичної терапії та ерготерапії (СК 14).
-

### 3. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Передумовами вивчення навчальної дисципліни «Мануальні методи в фізичній терапії та постізометрична релаксація» є опанування таких навчальних дисциплін (НД) освітньої програми (ОП):

- НД 1.1.8 «Анатомія людини»;
- НД 1.1.10 «Загальна біохімія та біохімія рухової активності»
- НД 1.1.11. «Гігієна».
- НД 2.1.3 «Основи ерготерапії»;
- НД 2.1.4 «Основи практичної діяльності у фізичній терапії (вступ до спеціальності);
- НД 2.1.5 «Психо-соціальні моделі здоров'я»;
- НД 2.1.6 «Діагностика і моніторинг стану здоров'я».
- НД 2.1.22. «Теорія і методика фізичного виховання».

### 4. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Відповідно до ОП вивчення навчальної дисципліни повинно забезпечити досягнення здобувачами вищої освіти таких програмних *результатів навчання (ПРН)*:

Програмні результати навчання	Шифр ПРН
Спілкуватися усно та письмово українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування; складати документи, у тому числі іноземною мовою (мовами).	ПРН 02
Використовувати сучасну комп'ютерну техніку; знаходити інформацію з різних джерел; аналізувати вітчизняні та зарубіжні джерела інформації, необхідної для виконання професійних завдань та прийняття професійних рішень.	ПРН 03
Застосовувати у професійній діяльності знання біологічних, медичних, педагогічних та психосоціальних аспектів фізичної терапії та ерготерапії.	ПРН 04
Застосовувати методи й інструменти визначення та вимірювання структурних змін та порушених функцій організму, активності та участі, трактувати отриману інформацію.	ПРН 06
Трактувати інформацію про наявні у пацієнта/клієнта порушення за Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я (МКФ) та Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я дітей та підлітків (МКФ ДП)	ПРН 07
Здійснювати заходи фізичної терапії для ліквідації або компенсації рухових порушень та активності (додаток 4).	ПРН 10
Застосовувати сучасні науково-доказові дані у професійній діяльності.	ПРН 12
Обирати оптимальні форми, методи і прийоми, які б забезпечили шанобливе ставлення до пацієнта/клієнта, його безпеку/захист, комфорт та приватність.	ПРН 13
Оцінювати себе критично, засвоювати нову фахову інформацію, поглиблювати знання за допомогою самоосвіти, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.	ПРН 18

Очікувані результати навчання з дисципліни	Шифр ПРН
<b>Знання:</b> Основні поняття та клініко-фізіологічне обґрунтування застосування мануальних методів у відновному лікуванні захворюваннях опорно-рухового апарату і внутрішніх органів. Основні поняття, що застосовуються при мануально-м'язовому тестуванні. Знати методи мануальної терапії, анатомію опорно-рухового апарату, біомеханіки хребтового стовпа і суглобів, патогенезу, клініки та диференціальної	ПРН 04 ПРН 13

діагностики вертеброгенних хвороб нервової системи і функціональних блокувань і захворювань суглобів, методології виконання окремих ручних способів на суглобах різного рівня, постізометричної релаксації, профілактики ускладнень мануальної терапії та інших способів лікування, які відповідають здобуткам сучасної медичної науки.	
<b>Розуміння:</b> Закономірностей впливу мануальних методів у комплексній фізичній терапії на організм людини та термінологію у сфері фізичної реабілітації. Принципів підбору методів мануальної діагностики, мануально-м'язового тестування стану м'язової тканини при різних захворюваннях, різних видів мануальної терапії при захворюваннях ОРА та різних органів і систем, методичних рекомендацій для пацієнтів.	ПРН 07 ПРН 012
<b>Застосувати:</b> практичні вміння та навички методів мануальної терапії студентів для обстеження пацієнтів та для реабілітації хворих із патологією кістково-м'язової та нервової систем з метою нормалізації м'язового тону, усунення больового синдрому, покращання мікроциркуляції та трофічних процесів, нормалізації функцій суглобів, корекції хребта різними видами мануальної терапії. Використовувати сучасні методи науки і практики стосовно підвищення ефективності мануальних методів у фізичній терапії. Добирати засоби мануальної терапії відповідно до захворювання і рівня фізичного стану хворого.	ПРН 03 ПРН 13
<b>Аналізувати:</b> Сучасні методи діагностики індивідуального здоров'я та методи мануально-м'язового тестування окремих м'язів чи м'язових груп та функціонального стану, амплітуди рухів хребта і суглобів. Інтерпретувати результати мануальних та інструментальних методів діагностики. Робити висновок про стан м'язової, нервової систем, опорно-рухового апарату.	ПРН 12 ПРН 18
<b>Здатність</b> студентів до творчого поєднання теоретичних знань із навичками мануальної терапії. Здатність продемонструвати знання про використання різних видів мануальної терапії, а саме: терапія МакКензі, постізометрична релаксація, міофасціальний реліз, кінезіотейпування, м'які мануальні технології при захворюваннях ОРА, нервової системи та внутрішніх органів. Здатність підбирати адекватні та ефективні методи мануальної терапії при захворюваннях органів та систем, підбирати найбільш адекватні та ефективні види м'якотканинних технік мануальної терапії, прийоми постізометричної релаксації при захворюваннях різних органів та систем продемонструвати знання передового зарубіжного досвіду з мануальних методів відновної терапії.	ПРН 02 ПРН 03 ПРН 10
<b>Оцінювання</b> готовності студента до самостійного виконання завдань в якості фахівця з мануальної терапії. Оцінювати і визначати можливості та ефективність застосування різних засобів, мануальних методик у фізичній терапії. Здійснювати оперативний та інтегративний контроль за ефективністю приведення процедури (курсу) мануальної терапії у хворих з різною патологією. Оцінювати доцільність вибору методик мануальної терапії залежно від нозологічних станів.	ПРН 07 ПРН 18

## 5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

### Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання з навчальної дисципліни є:

- виконання письмових завдань;
- відповіді на семінарських заняттях;



10	10	10	10	10		
----	----	----	----	----	--	--

### Оцінювання окремих видів навчальної роботи з дисципліни

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Модуль 1		Модуль 2	
	Кількість	Максимальна кількість балів (сумарна)	Кількість	Максимальна кількість балів (сумарна)
Практичні (семінарські) заняття	12	50	12	50
Лабораторні заняття (допуск, виконання та захист)	-	-	-	-
Комп'ютерне тестування при тематичному оцінюванні	-	-	-	-
Письмове тестування при тематичному оцінюванні	-	-	-	-
Презентація	-	-	-	-
Реферат	-	-	-	-
Есе (твір роздум)				
...				
Модульна контрольна робота	1	50	1	50
<b>Разом</b>		<b>100</b>		<b>100</b>

### Критерії модульного поточного оцінювання

Модульне поточне оцінювання проводиться під час семінарських занять. Оцінка складається з оцінок за відповіді на семінарських заняттях (1-10 балів за кожну відповідь), Відповіді на два теоретичні питання (1-5 балів на кожне питання), оцінок за тестовий контроль або практичні навички (1-10 балів), за участь в обговоренні виступів та презентаційних матеріалів (1-10) балів. Максимальна оцінка за модульне поточне оцінювання – **50** балів (табл.5.4).

**Таблиця 5.4. Шкала поточного оцінювання модульної роботи з дисципліни**

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Модуль 1	
	Кількість	Максимальна кількість балів (сумарна)
Усна відповідь на лабораторних заняттях	1-10	10
Теоретичні питання (два питання, за кожну правильну відповідь нараховується 5 балів)	1-5	10
Тестовий контроль знань на заняттях або практичні навички (за кожну правильну відповідь нараховується 2 бали)	1-10	10
Презентаційні матеріали	1-10	10
Самостійна робота (за якість конспектів лекцій та виконаних домашніх завдань)		10
<b>Разом</b>		<b>50</b>

### Критерії оцінювання модульної контрольної роботи

Модульний контроль проводиться шляхом аналізу показників поточної успішності та написання письмової модульної контрольної роботи, яка складається з теоретичних питань вирішення тестових завдань або перевірки практичних навичків, ситуативних задач. Оцінювання модульної контрольної роботи проводиться за **50** бальною шкалою: два теоретичні питання по 10 балів, тестові завдання кожне по 3 бали. Пропонується 10 варіантів тестів по 10 питань в кожному варіанті. Всього 100 тестових завдань. На кожне питання дається 5 варіантів відповідей. Правильними можуть бути від одного до 4 відповідей. Або навички виконання трьох мануальних методик по 10 балів, разом 30 балів. За допомогою письмової модульної контрольної роботи оцінюється ступінь освоєння пройденого матеріалу за максимальною рейтинговою оцінкою від 0 до 50 балів. До цієї оцінки додається оцінка за модульне поточне оцінювання від 0 до 50 балів.

### Критерії оцінювання підсумкового семестрового контролю

**Залік** є підсумковою формою контролю. Іспит проводиться у формі письмового тестування або усних відповідей на питання екзаменаційного білету за такими критеріями:

Критеріями оцінювання письмового тестування є кількість правильних відповідей за одним з варіантів тестів. В кожному варіанті є 10 тестових завдань з правильними та неправильними відповідями. Правильна відповідь в кожному окрему тесті оцінюється в 10 балів. За допомогою письмового тестування оцінюється ступінь освоєння пройденого матеріалу за рейтинговою оцінкою. Позитивну оцінку отримує студент, який набрав суму балів від 60 до 100.

Критерії оцінювання усних відповідей на питання екзаменаційного білету:

Оцінку «**зараховано**» (**90-100 балів, А**) заслуговує студент, який:

- всебічно, систематично і глибоко володіє навчально-програмовим матеріалом;
- вміє самостійно виконувати завдання, передбачені програмою, використовує набуті знання і вміння у нестандартних ситуаціях;
- засвоїв основну і ознайомлений з додатковою літературою, яка рекомендована програмою;
- засвоїв взаємозв'язок основних понять дисципліни та усвідомлює їх значення для професії, яку він набуває;
- вільно висловлює власні думки, самостійно оцінює різноманітні життєві явища і факти, виявляючи особистісну позицію;
- самостійно визначає окремі цілі власної навчальної діяльності, виявив творчі здібності і використовує їх при вивченні навчально-програмового матеріалу, проявив нахил до наукової роботи.

Оцінку «**зараховано**» (**82-89 балів, В**) – заслуговує студент, який:

- повністю опанував і вільно (самостійно) володіє навчально-програмовим матеріалом, в тому числі застосовує його на практиці, має системні знання в достатньому обсязі відповідно до навчально-програмового матеріалу, аргументовано використовує їх у різних ситуаціях;
- має здатність до самостійного пошуку інформації, а також до аналізу, постановки і розв'язування проблем професійного спрямування;
- під час відповіді допустив деякі неточності, які самостійно виправляє, добирає переконливі аргументи на підтвердження вивченого матеріалу;

Оцінку «**зараховано**» (**74-81 бал, С**) заслуговує студент, який:

- в загальному роботу виконав, але відповідає на екзамені з певною кількістю помилок;
- вміє порівнювати, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, в цілому самостійно застосовувати на практиці, контролювати власну діяльність;

- опанував навчально-програмовий матеріал, успішно виконав завдання, передбачені програмою, засвоїв основну літературу, яка рекомендована програмою;

Оцінку «**зараховано**» (64-73 бали, D) – заслуговує студент, який:

- знає основний навчально-програмовий матеріал в обсязі, необхідному для подальшого навчання і використання його у майбутній професії;
- виконує завдання непогано, але зі значною кількістю помилок;
- ознайомлений з основною літературою, яка рекомендована програмою;
- допускає на заняттях, чи екзамені помилки при виконанні завдань, але під керівництвом викладача знаходить шляхи їх усунення.

Оцінку «**зараховано**» (60-63 бали, E) – заслуговує студент, який:

- володіє основним навчально-програмовим матеріалом в обсязі, необхідному для подальшого навчання і використання його у майбутній професії, а виконання завдань задовольняє мінімальні критерії. Знання мають репродуктивний характер.

Оцінка «**не зараховано**» (35-59 балів, FX) – виставляється студенту, який: виявив суттєві прогалини в знаннях основного програмового матеріалу, допустив принципові помилки у виконанні передбачених програмою завдань.

Оцінку «**не зараховано**» (35 балів, F) – виставляється студенту, який:

- володіє навчальним матеріалом тільки на рівні елементарного розпізнавання і відтворення окремих фактів або не володіє зовсім;
- допускає грубі помилки при виконанні завдань, передбачених програмою;
- не може продовжувати навчання і не готовий до професійної діяльності після закінчення університету без повторного вивчення даної дисципліни.

При виставленні оцінки враховуються результати навчальної роботи студента протягом семестру.

## **6. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **6.1. Зміст навчальної дисципліни**

#### **Змістовий модуль 1.**

##### **Лекційний курс**

**Тема 1.** Мануальна методи у фізичній терапії при захворюваннях різних органів і систем.

**Тема 2.** Значення і роль мануально-м'язового тестування у фізичній терапії.

**Тема 3.** Функціональна анатомія, фізіологія, патологія при захворюваннях опорно-рухової системи.

**Тема 4.** Об'єктивні методи обстеження опорно-рухового апарату.

**Тема 5.** Дослідження м'язової системи і суглобів.

##### **Практичний курс**

Тема 1. Поняття про мануальну терапію. Історія розвитку мануальної терапії. Загальна характеристика методів мануальної терапії. Види мануальної терапії.

Тема 2. Значення мануально-м'язового тестування у фізичній терапії. Оцінка м'язової сили. Дослідження м'язового тону. Мануальне тестування м'язів за Ловеттом.

Тема 3. Загальна характеристика хребтового стовпа. Будова міжхребцевих суглобів, отворів, міжхребцевих дисків. Методи рефлекторного впливу на окістя - періостальний масаж .

Тема 4. Дегенеративно-дистрофічні зміни міжхребцевих дисків при остеохондрозі хребта. Сегментарна інервація та методи сегментарно - рефлекторного впливу на організм людини.

Тема 5. Методика обстеження хребта і навколохребтових утворів. Обстеження шийного відділу хребта. Обстеження грудного (спинного) відділу хребта. Обстеження поперекового відділу хребта. Ознаки рефлекторних порушень у тканинах (огляд, пальпація, діагностика).

Тема 6. Дослідження м'язової системи попереково-крижової ділянки і нижніх кінцівок. Дослідження суглобів. Рентгенологічне обстеження.

### Модульний контроль № 1

#### Змістовий модуль 2.

##### Лекційний курс

**Тема 6.** Мануальна терапія в реабілітації хворих з захворюваннями ОРА.

**Тема 7.** Мануальна терапія при захворюваннях хребта і суглобів.

**Тема 8.** Постізометрична релаксація м'язів (ППР).

**Тема 9.** Постізометрична релаксація м'язів тулуба і кінцівок.

**Тема 10.** Кінезіотейпування.

##### Практичний курс

Тема 7. Відновне лікування хвороб хребта способом мануальної терапії. Покази і протипокази до застосування мануальної терапії. Загальні вимоги та правила мануальної терапії. Мануальні методи терапії на шийному відділі хребта.

Тема 8. Мануальні методи терапії на грудному відділі хребта. Мануальні прийоми при поперековому відділі хребта, мануальні прийоми при крижово-клубовому, крижово-куприковому з'єднанні. Мануальна корекція блокувань суглобів верхньої кінцівки.

Тема 9. Поняття про постізометричну релаксацію м'язів. Методика постізометричної релаксації м'язів. Методика постізометричної релаксації м'язів шиї.

Тема 10. Постізометрична релаксація м'язів тулуба. Постізометрична релаксація м'язів верхніх кінцівок. Постізометрична релаксація м'язів нижніх кінцівок.

Тема 11. Поняття про кінезіотейпування. Механізм дії. Види кінезіотейпування. Покази, протипокази. Методика проведення тейпування. Терапевтична ефективність. Сегментарне тейпування, як метод рефлекторної дії на організм людини.

Тема 12. Східний рефлекторний масаж - лінійний, методика проведення. Точковий нейрометамерний масаж - методика проведення. Сегментарний масаж як метод рефлекторного впливу (покази, методика проведення)- базова методика

### Модульний контроль № 2

#### 6.2. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
	денна форма						
	Усього	у тому числі					
л		п	лаб	інд	с.р.		
1	2	3	4	5	6	7	
<b>Модуль 1</b>							
<b>Змістовний модуль 1</b>							
<b>Основи мануальної терапії.</b>							

<p><b>Тема 1.</b> Мануальна методи у фізичній терапії при захворюваннях різних органів і систем. Поняття про мануальну терапію. Історія розвитку мануальної терапії. Загальна характеристика методів мануальної терапії. Види мануальної терапії.</p>	8	2	2			4	
<p><b>Тема 2.</b> Значення і роль мануально-мязового тестування у фізичній терапії. Значення мануально-мязового тестування у фізичній терапії. Оцінка м'язової сили. Дослідження м'язового тону. Мануальне тестування м'язів за Ловеттом.</p>	8	2	2			4	
<p><b>Тема 3.</b> Функціональна анатомія, фізіологія, патологія при захворюваннях опорно-рухової системи. Загальна характеристика хребтового стовпа. Будова міжхребцевих суглобів, отворів, міжхребцевих дисків. Методи рефлекторного впливу на окістя - періостальний масаж</p>	8	2	2			4	
<p><b>Тема 4.</b> Об'єктивні методи обстеження опорно-рухового апарату. Дегенеративно-дистрофічні зміни міжхребцевих дисків при остеохондрозі хребта. Сегментарна інервация та методи сегментарно - рефлекторного впливу на організм людини.</p>	8	2	2			4	

<b>Тема 5.</b> Дослідження м'язової системи і суглобів. Методика обстеження хребта і навколохребтових утворів. Обстеження шийного відділу хребта. Обстеження грудного (спинного) відділу хребта. Обстеження поперекового відділу хребта. Ознаки рефлекторних порушень у тканинах (огляд, пальпація, діагностика).	8	2	2			4	
<b>Тема 6.</b> Дослідження м'язової системи попереково-крижової ділянки і нижніх кінцівок. Дослідження суглобів. Рентгенологічне обстеження.	5		2			3	
<b>Модульний контроль 1</b>	2		2				
<b>Разом за змістовим модулем 1</b>	<b>45</b>	<b>10</b>	<b>12</b>			<b>23</b>	
<b>Змістовий модуль 2</b>							
<b>Методи мануальної терапії, постізометрична релаксація.</b>							
<b>Тема 7.</b> Мануальна терапія в реабілітації хворих з захворюваннями ОРА. Відновне лікування хвороб хребта способом мануальної терапії. Покази і протипокази до застосування мануальної терапії. Загальні вимоги та правила мануальної терапії. Мануальні методи терапії на шийному відділі хребта.	8	2	2			4	
<b>Тема 8.</b> Мануальні методи терапії на грудному відділі хребта. Мануальні прийоми при поперековому відділі хребта,	8	2	2			4	

мануальні прийоми при крижово-клубовому, крижово-куприковому з'єднанні. Мануальна корекція блокувань суглобів верхньої кінцівки.							
<b>Тема 9.</b> Поняття про постізометричну релаксацію м'язів. Методика постізометричної релаксації м'язів. Методика постізометричної релаксації м'язів шиї.	8	2	2			4	
<b>Тема 10.</b> Постізометрична релаксація м'язів тулуба. Постізометрична релаксація м'язів верхніх кінцівок. Постізометрична релаксація м'язів нижніх кінцівок.	8	2	2			4	
<b>Тема 11.</b> Поняття про кінезіотейпування. Механізм дії. Види кінезіотейпування. Покази, протипокази. Методика проведення тейпування. Терапевтична ефективність. Сегментарне тейпування, як метод рефлекторної дії на організм людини.	8	2	2			4	
<b>Тема 12.</b> Східний рефлекторний масаж -лінійний, методика проведення. Точковий нейрометамерний масаж - методика проведення. Сегментарний масаж як метод рефлекторного	5		2			3	

впливу (покази, методика проведення)- базова методика							
Модульний контроль 2	2		2				
<b>Разом за змістовим модулем 2</b>	<b>45</b>	<b>10</b>	<b>12</b>			<b>23</b>	
<b>Усього годин</b>	<b>90</b>	<b>20</b>	<b>24</b>			<b>46</b>	

### 6.3. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
<b>Модуль 1.</b>		
1	Поняття про мануальну терапію. Історія розвитку мануальної терапії. Загальна характеристика методів мануальної терапії. Види мануальної терапії.	2
2	Значення мануально-м'язового тестування у фізичній терапії. Оцінка м'язової сили. Дослідження м'язового тону. Мануальне тестування м'язів за Ловеттом.	2
3	Загальна характеристика хребтового стовпа. Будова міжхребцевих суглобів, отворів, міжхребцевих дисків. Методи рефлекторного впливу на окістя - періостальний масаж .	2
4	Дослідження м'язової системи попереково-крижової ділянки і нижніх кінцівок. Дослідження суглобів. Рентгенологічне обстеження. Дегенеративно-дистрофічні зміни міжхребцевих дисків при остеохондрозі хребта. Сегментарна інервація та методи сегментарно - рефлекторного впливу на організм людини.	2
5	Методика обстеження хребта і навколохребтових утворів. Обстеження шийного відділу хребта. Обстеження грудного (спинного) відділу хребта. Обстеження поперекового відділу хребта. Ознаки рефлекторних порушень у тканинах (огляд, пальпація, діагностика).	2
6	<b>Змістовий модуль 1</b>	<b>2</b>
<b>Змістовий модуль 2.</b>		
7	Відновне лікування хвороб хребта способом мануальної терапії. Покази і протипокази до застосування мануальної терапії. Загальні вимоги та правила мануальної терапії. Мануальні методи терапії на шийному відділі хребта.	2
8	Мануальні методи терапії на грудному відділі хребта. Мануальні прийоми при поперековому відділі хребта, мануальні прийоми при крижово-клубовому, крижово-куприковому з'єднанні. Мануальна корекція блокувань суглобів верхньої кінцівки.	2
9	Тема 9. Поняття про постізометричну релаксацію м'язів. Методика постізометричної релаксації м'язів. Методика постізометричної релаксації м'язів шиї. Постізометрична релаксація м'язів тулуба. Постізометрична релаксація м'язів верхніх кінцівок. Постізометрична релаксація м'язів нижніх кінцівок.	2
10	Поняття про кінезіотейпування. Механізм дії. Види кінезіотейпування. Покази, протипокази. Методика проведення	2

	тейпування. Терапевтична ефективність. Сегментарне тейпування, як метод рефлекторної дії на організм людини.	
11	Східний рефлекторний масаж -лінійний, методика проведення. Точковий нейрометамерний масаж - методика проведення. Сегментарний масаж як метод рефлекторного впливу (покази, методика проведення)- базова методика	2
12	<b>Змістовий модуль 2</b>	<b>2</b>
	<b>Разом</b>	<b>24</b>

#### 6.4. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Денна к-сть ГОДИН
<b>Змістовий модуль 1.</b>		
1	Методика обстеження вертеброневрологічних хворих.	4
2	Методи мануальної терапії при остеохондрозі шийного відділу хребта.	4
3	Методи мануальної терапії при остеохондрозі грудного відділу хребта.	4
4	Методи мануальної терапії при остеохондрозі попереково-крижового відділів хребта	4
5	Методи мануальної терапії при захворюваннях суглобів.	4
6	Методика мануальної терапії за Касьяном	3
<b>Змістовий модуль 2.</b>		
1	Постізометрична релаксація трапецевидного м'яза і м'язів-ротаторів шиї.	4
2	Постізометрична релаксація великого грудного м'яза і м'язів ротаторів грудної клітки..	4
3	Способи постізометричної релаксації м'язів верхньої кінцівки.	4
4	Постізометрична релаксація м'язів нижньої кінцівки, клубово-поперекового м'яза.	4
5	Методи кінезіотейпування при травмах м'язів у спортсменів.	4
6	Мануальна терапія в педіатрії.	3
	<b>Разом</b>	<b>46</b>

#### 7. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧАЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА (у разі потреби)

Обладнання: **мультимедійне обладнання;**

Програмне забезпечення: **робоча програма; електронні варіанти лекцій, презентації лекційного матеріалу, методичні рекомендації до практичних (семінарських) занять та самостійної роботи.**

#### 8. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

**Основна література**

1. Веселовский В.П. Практическая вертебрология и мануальная терапия. – Рига, 1991. – 341 с.
2. Губенко В.П. Мануальная терапия позвоночника. – Киев, 1998. – 141 с.
3. К. Левит, Й. Захсе, В. Янда Мануальная медицина – Медицина – 1993 – 512с
4. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник /[Л.О.Вакуленко, В.В. Клапчук, Д.В. Вакуленко, та ін.]; за заг. ред. Л.О Вакуленко, ВВ Клапчука. – Тернопіль: ТДМУ, 2019.- 372 с.
5. Філак Я.Ф., Філак Ф.Г. Масаж і нетрадиційний масаж: підручник /Я.Ф.Філак, Ф.Г. Філак – Ужгород: ФОП Сабов А.М., - 215, - 336 с.
6. Яровий В.К. Клінічна мануальна медицина. Навчальний посібник. - Вінниця: Нова Книга, 2008. - 320 с.

#### **Допоміжна література**

1. Відновлювальні засоби працездатності у фізичній культурі і спорті / Ячнюк І. О., Воробйов О. О., Романів Л. В., Ячнюк Ю. Б., Марценяк І. В., Білик Р. Р.: Підручник. – Чернівці: Книги – ХХІ, 2009. – 432 с.
2. Нетрадиционная медицина. – Пер. с англ. – Харьков: Книжный клуб «Клуб Семейного Досуга», 2003. – 320с.
3. Оржешковський В.В., Чопчик Д. І. Лікувальний масаж. – К.: Здоров'я, 1978. – 176с.
4. Поддер Т. Массаж. Полное руководство: Пер. с англ. Н. Скоробогатова. – Харьков: Клуб «Клуб Семейного Досуга», 2007. – 320с.
5. Устименова С.В. Точечный массаж и древние восточные методики. – М.: РИПОЛ КЛАССИК, 2004. - 192с.

#### **9. Інформаційні ресурси**

1. [www.zakon.rada.gov.ua](http://www.zakon.rada.gov.ua)
2. [www.massage.ru3](http://www.massage.ru3).
3. [www.nlm.nih.gov4](http://www.nlm.nih.gov4).
4. [www.scsml.rssi.ru](http://www.scsml.rssi.ru)
5. <http://lubitel68.blogspot.com6>.
6. <https://studfiles.net/preview/5650032/7>.
7. <http://www.scsml.rssi.ru/8>.
8. <https://academic.oup.com/ptj>

### **ПИТАННЯ ДЛЯ КОНТРОЛЮ ТЕОРЕТИЧНОЇ УСПІШНОСТІ**

#### **Змістовий модуль 1**

1. Поняття про мануальну терапію.
2. Історія розвитку мануальної терапії.
3. Загальна характеристика методів мануальної терапії. Види мануальної терапії.
4. Значення мануально-м'язового тестування у фізичній терапії.
5. Оцінка м'язової сили. Дослідження м'язового тону.
6. Мануальне тестування м'язів за Ловеттом.
7. Загальна характеристика хребтового стовпа.
8. Будова міжхребцевих суглобів, отворів, міжхребцевих дисків.
9. Методи рефлекторного впливу на окістя - періостальний масаж .
10. Дегенеративно-дистрофічні зміни міжхребцевих дисків при остеохондрозі хребта.
11. Сегментарна інервація та методи сегментарно - рефлекторного впливу на організм людини.
12. Методика обстеження хребта і навколохребтових утворів.
13. Обстеження шийного відділу хребта. Обстеження грудного (спинного) відділу хребта.

14. Обстеження поперекового відділу хребта.
15. Ознаки рефлекторних порушень у тканинах (огляд, пальпація, діагностика).
16. Дослідження м'язової системи попереково-крижової ділянки і нижніх кінцівок.
17. Дослідження суглобів.
18. Рентгенологічне обстеження.

### **Змістовий модуль 2.**

1. Відновне лікування хвороб хребта способом мануальної терапії.
2. Покази і протипокази до застосування мануальної терапії.
3. Загальні вимоги та правила мануальної терапії.
4. Мануальні методи терапії на шийному відділі хребта.
5. Методи мануальної корекції міофасціальних тригерних пунктів - ішемічна компресія, розтягнення, метод глибокого тертя.
6. Мануальні методи терапії на грудному відділі хребта.
7. Мануальні прийоми при поперековому відділі хребта.
8. Мануальні прийоми при крижово-клубовому, крижово-куприковому з'єднанні.
9. Мануальна корекція блокувань суглобів верхньої кінцівки.
10. Поняття про постізометричну релаксацію м'язів.
11. Методика постізометричної релаксації м'язів.
12. Методика постізометричної релаксації м'язів шиї.
13. Постізометрична релаксація м'язів тулуба.
14. Постізометрична релаксація м'язів верхніх кінцівок.
15. Постізометрична релаксація м'язів нижніх кінцівок.
16. Поняття про кінезіотейпування. Механізм дії.
17. Види кінкезіотейпування. Покази, протипокази.
18. Методика проведення тейпування. Терапевтична ефективність.
19. Сегментарне тейпування, як метод рефлекторної дії на організм людини.
20. Східний рефлекторний масаж - лінійний, методика проведення.
21. очковий нейрометамерний масаж - методика проведення.
22. Сегментарний масаж як метод рефлекторного впливу (покази, методика проведення)- базова методика

**Результати перегляду  
робочої програми навчальної дисципліни**

Робоча програма перезатверджена на 20\_\_\_ / 20\_\_\_ н.р. без змін; зі змінами (Додаток \_\_\_).  
(потрібне підкреслити)

протокол № \_\_\_ від «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р. Завідувач кафедри \_\_\_\_\_  
(підпис) (Прізвище ініціали)

Робоча програма перезатверджена на 20\_\_\_ / 20\_\_\_ н.р. без змін; зі змінами (Додаток \_\_\_).  
(потрібне підкреслити)

протокол № \_\_\_ від «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р. Завідувач кафедри \_\_\_\_\_  
(підпис) (Прізвище ініціали)

Робоча програма перезатверджена на 20\_\_\_ / 20\_\_\_ н.р. без змін; зі змінами (Додаток \_\_\_).  
(потрібне підкреслити)

протокол № \_\_\_ від «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р. Завідувач кафедри \_\_\_\_\_  
(підпис) (Прізвище ініціали)

Робоча програма перезатверджена на 20\_\_\_ / 20\_\_\_ н.р. без змін; зі змінами (Додаток \_\_\_).  
(потрібне підкреслити)

протокол № \_\_\_ від «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р. Завідувач кафедри \_\_\_\_\_  
(підпис) (Прізвище ініціали)