

Міністерство освіти і науки України
Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського
Навчально-науковий гуманітарний інститут
Кафедра медичної реабілітації, валеології та оздоровчих технологій в спорті

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор навчально-наукового
гуманітарного інституту



Сергій ГУБАРЄВ

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОК 21. Терапевтичні вправи

рівень вищої освіти Перший (бакалаврський)
галузь знань I Охорона здоров'я та соціальне забезпечення
спеціальність I7 Терапія та реабілітація
освітньо-професійна програма «Фізична терапія, ерготерапія»
форма(и) здобуття освіти денна

Київ-2025 рік

**Інформація про розробника та розгляд і схвалення
робочої програми навчальної дисципліни**

РОЗРОБНИК робочої програми навчальної дисципліни

Кандидат педагогічних наук, доцент



Валентин ГОЛУБ

(підпис)

Розглянуто та схвалено на засіданні кафедри медичної реабілітації, валеології та оздоровчих технологій в спорті Навчально-наукового гуманітарного інституту(ННГІ).

Протокол № 1 від 25.08.2025
Завідувач кафедри



Уляна ЛУЩИК

(підпис)

ПОГОДЖЕНО:

Розглянуто та схвалено на засіданні навчально-методичної ради навчально-наукового гуманітарного інституту

Протокол № 8 від 27.08.2025
Голова НМР



Сергій ГУБАРЄВ

ЗМІСТ

1	Загальна інформація про навчальну дисципліну	4
2	Опис навчальної дисципліни	5
2.1	Мета, завдання та цілі вивчення дисципліни	5
2.2	Міждисциплінарні зв'язки:	6
3	Перелік компетентностей, яких набувають здобувачі при вивченні дисципліни відповідно до освітньої програми	7
4	Програмні результати навчання відповідно до освітньої програми	7
5	Структура та обсяг навчальної дисципліни	8
5.1	Тематика семінарських занять	10
5.2	Тематика практичних занять	10
5.3	Тематика лабораторних занять	13
5.4	Тематика самостійної роботи здобувачів	14
6	Інформація про індивідуальне завдання	15
6.1	Орієнтовні теми рефератів	15
6.2	Орієнтовні теми презентацій	16
6.3	Практичні завдання (ситуативні кейси)	16
7	Ресурсне забезпечення навчальної дисципліни	17
8	Політика дисципліни	18
9	Система та критерії оцінювання результатів навчання здобувача	19
9.1	Види контролю, які використовуються під час вивчення дисципліни, та форма підсумкового (семестрового) контролю за навчальною дисципліною.	20
9.2	Методи контролю та оцінювання	20
9.3	Критерії оцінювання навчальної діяльності здобувачів, в межах окремих видів навчальних занять, передбачених робочою програмою навчальної дисципліни.	21
9.4	Особливості набору балів за видами навчальної діяльності здобувача для кожної форми здобуття освіти та форми підсумкового (семестрового) контролю.	23
9.5	Шкала оцінювання результатів підсумкового контролю, що використовується в Університеті	25
10	Рекомендовані джерела інформації	25

1 Загальна інформація про навчальну дисципліну

1.1. Назва навчальної дисципліни, код в освітній програмі	Терапевтичні вправи, ОК21
1.2. Статус навчальної дисципліни	Обов'язкова, цикл професійної підготовки
1.3. Рік навчання, семестр у якому викладається дисципліна	2-й рік навчання, 4-й семестр
1.4. Обсяг навчальної дисципліни за формами здобуття освіти	очна (денна)
Кількість кредитів	4
Загальна кількість годин, в тому числі:	120
• аудиторні години	56
лекції	14
практичні	42
• самостійна робота	64
1.5. Вид підсумкового (семестрового) контролю	екзамен
1.6. Інформація про консультації	Згідно затвердженого графіка консультацій
1.7. Мова викладання	українська
1.8. Прізвище, ім'я, по батькові викладача(ів) (науковий ступінь, вчене звання)	кандидат педагогічних наук, доцент Голуб Валентин Петрович
1.9. Контактна інформація викладача	holub.valentyn@tnu.edu.ua

2 Опис навчальної дисципліни

Анотація дисципліни

Дисципліна «Терапевтичні вправи» спрямована на формування у здобувачів вищої освіти спеціальності І7 «Терапія та реабілітація» системних теоретичних знань і практичних умінь щодо застосування терапевтичних вправ як основного засобу фізичної терапії та реабілітації. Навчальна дисципліна розкриває роль терапевтичних вправ у відновленні, підтримці та оптимізації рухових функцій, підвищенні рівня активності й участі осіб з різними порушеннями функціонування.

У процесі вивчення дисципліни здобувачі опановують теоретичні засади терапевтичних вправ, їх класифікацію, принципи побудови індивідуальних програм фізичної терапії, правила дозування та прогресії навантаження, а також питання безпеки та оцінювання функціонального стану. Значна увага приділяється формуванню навичок навчання пацієнтів виконанню вправ і організації самостійної рухової активності.

Практична складова дисципліни орієнтована на клінічне застосування терапевтичних вправ при порушеннях опорно-рухового апарату, неврологічних, серцево-судинних і дихальних захворюваннях, а також у спеціальних клінічних ситуаціях, зокрема після травм і оперативних втручань, при хронічних станах та у осіб похилого віку. Здобувачі навчаються планувати, реалізовувати та коригувати індивідуальні комплекси терапевтичних вправ відповідно до цілей фізичної терапії та результатів повторного оцінювання.

Навчальні заняття з дисципліни проводяться у формі лекцій і практичних занять. Поточний контроль здійснюється шляхом усного опитування та тестування після кожного модуля. Формами індивідуальної роботи здобувачів є виконання реферату, підготовка презентацій та практичних робіт. Підсумковий контроль з дисципліни здійснюється у формі екзамену.

2.1 Мета, завдання та цілі вивчення дисципліни

Метою вивчення дисципліни «Терапевтичні вправи» є формування у здобувачів вищої освіти спеціальності І7 «Терапія та реабілітація» теоретичних знань і практичних умінь щодо обґрунтованого та безпечного застосування терапевтичних вправ у процесі фізичної терапії та реабілітації з метою відновлення, підтримки та оптимізації рухових функцій, підвищення рівня активності й участі осіб з різними порушеннями функціонування.

Основними завданнями вивчення дисципліни є засвоєння сутності та класифікації терапевтичних вправ, принципів їх добору та поєднання у програмах фізичної терапії, оволодіння підходами до дозування і прогресії фізичного навантаження, формування навичок оцінювання функціонального стану та забезпечення безпеки під час виконання вправ. Важливим завданням є розвиток умінь навчання пацієнтів виконанню терапевтичних вправ,

організації самостійної рухової активності та контролю ефективності реабілітаційних втручань.

Цілями вивчення дисципліни є набуття здобувачами здатності планувати та реалізовувати програми терапевтичних вправ відповідно до індивідуальних потреб пацієнта, особливостей клінічного стану та етапу реабілітації; застосовувати терапевтичні вправи при порушеннях опорно-рухового апарату, неврологічних, серцево-судинних і дихальних захворюваннях, а також у спеціальних клінічних ситуаціях; здійснювати моніторинг результатів фізичної терапії та коригувати програми вправ на основі результатів повторного оцінювання.

2.2 Міждисциплінарні зв'язки:

Пререквізити:

OK10. Анатомія та фізіологія людини

OK14. Основи фізичної терапії. Вступ до спеціальності

OK34. Основи ерготерапії

OK13. Біомеханіка та клінічна кінезіологія

OK15. Основи загальної патології та патофізіології

OK16. Пропедевтика внутрішніх хвороб

OK19. Масажні технології

Постреквізити:

OK24. Фізична терапія, ерготерапія при захворюваннях опорно-рухового апарату

OK25. Фізична терапія, ерготерапія при захворюваннях нервової системи

OK.28 Фізична терапія, ерготерапія у внутрішній медицині

OK27. Фізична терапія, ерготерапія у педіатрії

OK29. Фізична терапія, ерготерапія при хірургічних захворюваннях та онкології

OK22. Методи дослідження у фізичній терапії

OK31. Технічні засоби у фізичній терапії

OK40. Оздоровчо-рекреаційна рухова активність

Формат проведення дисципліни

Навчальна дисципліна «Терапевтичні вправи» реалізується у форматі лекційних та практичних занять із використанням змішаного формату навчання. Лекції спрямовані на формування теоретичних основ застосування терапевтичних вправ, розкриття ключових понять, принципів і підходів фізичної терапії та реабілітації. Практичні заняття орієнтовані на закріплення теоретичного матеріалу, відпрацювання методик підбору, дозування та виконання терапевтичних вправ, а також на формування професійних практичних навичок, необхідних для майбутньої фахової діяльності.

У межах змішаного формату навчання частина занять проводиться очно, а частина — із застосуванням дистанційних технологій. Онлайн-заняття організовуються з використанням сервісу Google Meet, що забезпечує синхронну взаємодію викладача та здобувачів вищої освіти, проведення

лекцій, обговорень і поточного контролю. Для розміщення навчально-методичних матеріалів, завдань для самостійної роботи, подання та перевірки індивідуальних робіт, а також для комунікації використовується платформа Google Classroom.

Такий формат проведення дисципліни забезпечує доступність навчальних матеріалів, гнучкість освітнього процесу, можливість поєднання очного та дистанційного навчання, а також сприяє підвищенню ефективності засвоєння теоретичних знань і формування практичних компетентностей здобувачів вищої освіти.

3 Перелік компетентностей, яких набувають здобувачі при вивченні дисципліни відповідно до освітньої програми

ІК1 Здатність вирішувати складні спеціалізовані задачі і практичні проблеми професійної діяльності фізичного терапевта з відновлення порушених рухових та пов'язаних з ними функцій опорно-рухового апарату, нервової, серцево-судинної та дихальної систем, які забезпечують активність та участь осіб різних вікових, нозологічних та професійних груп.

ЗК 01. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.

ЗК 02. Здатність застосувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 03. Здатність до розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК 04. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК 06. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 07. Здатність до міжособистісної взаємодії

СК 01. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові і пов'язані з ними функції, що забезпечують активність і участь особи.

СК 02. Здатність враховувати у практичній діяльності медико-біологічні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти, пов'язані з практикою фізичної терапії.

СК 03. Здатність провадити безпечну для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця професійну діяльність з фізичної терапії осіб різних професійних, соціальних, нозологічних та вікових груп.

СК 04. Здатність виконувати компоненти обстеження та контролю у фізичній терапії для збору якісних (спостереження, опитування) і кількісних (вимірювання та тестування) даних, пов'язаних з фізичним станом пацієнта/клієнта, його функціональними можливостями, активністю та участю (додаток 1 до Стандарту).

СК 05. Здатність, під супервізією фізичного терапевта, ефективно реалізовувати програму фізичної терапії відповідно до функціональних можливостей пацієнта/клієнта.

СК 06. Здатність, за дорученням фізичного терапевта, здійснювати моніторинг реакцій і стану пацієнтів/клієнтів різних професійних, соціальних,

нозологічних та вікових груп, під час виконання призначених заходів/тестів, включно з документуванням, звітуванням про отримані результати.

4 Програмні результати навчання відповідно до освітньої програми

Шифр РН	Програмні результати навчання	Методи навчання	Засоби діагностики / методи оцінювання
РН 01	Використовувати рухову активність людини для зміцнення та збереження індивідуального та громадського здоров'я.	Лекційні заняття з розкриттям основ впливу рухової активності на стан здоров'я, практичні заняття з аналізу змін функціонального стану організму при різних умовах; самостійне опрацювання навчальних матеріалів	Усні опитування під час практичних занять, модульне тестування, оцінювання виконання практичних робіт, підсумковий екзамен
РН07	Застосовувати знання медико-біологічних, психолого-педагогічних, соціальних аспектів у практиці фізичної терапії; виявляти та враховувати зв'язки різних елементів.	Лекції з міждисциплінарних основ застосування терапевтичних вправ, практичні заняття з інтеграції медико-біологічних та психолого-педагогічних чинників у підборі вправ, підготовка реферату та презентацій, самостійна робота	Усне опитування, оцінювання реферату та презентацій, поточний контроль під час практичних занять, тести після кожного модуля
РН10	Визначати симптоми та синдроми; описувати обмеження функціонування пацієнта/клієнта за НК 030:2022 та визначати реабілітаційні інтервенції за НК 026:2021.	Лекції з аналізу функціональних порушень і ролі терапевтичних вправ, практичні заняття з опису обмежень функціонування та добору терапевтичних вправ відповідно до МКФ, аналіз клінічних ситуацій	Усне опитування, оцінювання практичних робіт, аналіз ситуаційних завдань, тести після кожного модуля
РН11	Застосовувати компоненти обстеження та контролю у фізичній терапії; використовувати методи й інструменти визначення та вимірювання порушених функцій; оцінювати отриману інформацію.	Лекційні заняття з формування алгоритмів клінічного обстеження; практичні заняття з відпрацювання навичок аналізу клінічних даних; виконання практичних робіт.	Усні опитування, оцінювання практичних робіт, модульні тести, підсумковий екзамен.
РН12	Реалізовувати індивідуальну програму фізичної терапії або її компоненти, здійснювати	Лекції з планування програм терапевтичних вправ, практичні заняття з розроблення та реалізації	Оцінювання практичних робіт, усне опитування, поточний контроль

Шифр РН	Програмні результати навчання	Методи навчання	Засоби діагностики / методи оцінювання
	заходи фізичної терапії для корекції порушень структури/функцій та обмежень активності й участі.	індивідуальних комплексів вправ, виконання практичних робіт за темами 2.1–2.5	під час занять, тести після кожного модуля
РН14	Провадити безпечну для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця професійну діяльність.	Лекції з питань безпеки, дозування та прогресії терапевтичних вправ, практичні заняття з дотримання правил безпечного виконання вправ у різних клінічних ситуаціях	Усне опитування, спостереження та оцінювання дотримання вимог безпеки під час практичних занять, тестовий контроль

5 Структура та обсяг навчальної дисципліни

Назви модулів і тем	Кількість годин			
	усього годин	денна форма навчання		
		Л	Пр	СР
1	2	3	4	5
МОДУЛЬ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ВПРАВ ТА ПЛАНУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ	51	5	12	34
Тема 1.1. Терапевтичні вправи у системі терапії та реабілітації: поняття, цілі, місце в програмі втручання. Поняття терапевтичних вправ та їх значення у фізичній терапії і реабілітації. Роль терапевтичних вправ у відновленні, підтримці та оптимізації рухових функцій. Місце терапевтичних вправ у комплексній програмі реабілітаційного втручання. Взаємозв'язок терапевтичних вправ з іншими засобами фізичної терапії. Використання біопсихосоціального підходу та МКФ у формуванні цілей терапевтичних вправ	11	1	2	8
Тема 1.2. Класифікація терапевтичних вправ та принципи побудови програм рухової активності. Класифікація терапевтичних вправ за спрямуванням, умовами виконання, функціональним призначенням і рівнем складності. Активні, пасивні та активно-пасивні вправи. Вправи на силу, витривалість, рухливість, координацію та баланс. Принципи індивідуального підбору та поєднання вправ відповідно до стану пацієнта і реабілітаційних цілей	11	1	2	8
Тема 1.3. Дозування та прогресія навантаження у терапевтичних вправах. Поняття дозування фізичного навантаження у терапевтичних вправах. Основні параметри навантаження: інтенсивність, обсяг, частота, тривалість, інтервали відпочинку. Принципи поступової прогресії та регресії навантаження. Індивідуалізація дозування з урахуванням функціонального стану, віку та клінічних особливостей пацієнта	9	1	2	6

1	2	3	4	5
<p>Тема 1.4. Оцінювання функціонального стану та безпека застосування терапевтичних вправ.</p> <p>Оцінювання рухових функцій, фізичних можливостей та обмежень активності перед призначенням терапевтичних вправ. Протипоказання та застереження до виконання вправ. Ознаки небажаних реакцій під час занять. Забезпечення безпеки пацієнта під час виконання терапевтичних вправ у різних умовах</p>	9	1	2	6
<p>Тема 1.5. Методика навчання терапевтичним вправам та організація самостійної роботи пацієнта.</p> <p>Принципи навчання пацієнта виконанню терапевтичних вправ. Пояснення, демонстрація та корекція рухів. Використання вербального та візуального зворотного зв'язку. Формування навичок самостійного виконання вправ. Організація та контроль виконання домашніх програм фізичної терапії</p>	11	1	4	6
<p>МОДУЛЬ 2. КЛІНІЧНЕ ЗАСТОСУВАННЯ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ВПРАВ У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ</p>	57	9	24	24
<p>Тема 2.1. Терапевтичні вправи при порушеннях опорно-рухового апарату.</p> <p>Застосування терапевтичних вправ при болю, обмеженні рухливості та зниженні м'язової сили. Вправи для відновлення амплітуди рухів, стабільності суглобів і контролю руху. Побудова програм терапевтичних вправ з урахуванням етапів відновлення та функціональних потреб пацієнта</p>	13	1	6	6
<p>Тема 2.2. Терапевтичні вправи при неврологічних порушеннях.</p> <p>Особливості застосування терапевтичних вправ при ураженнях центральної та периферичної нервової системи. Вправи для розвитку координації, рівноваги, постурального контролю та ходьби. Формування рухових навичок і відновлення функціональної активності</p>	14	2	6	6
<p>Тема 2.3. Терапевтичні вправи при порушеннях серцево-судинної та дихальної систем.</p> <p>Застосування терапевтичних вправ для розвитку загальної та спеціальної витривалості. Особливості дозування фізичного навантаження при зниженій толерантності до навантаження. Контроль фізіологічних показників під час виконання вправ. Формування навичок самоконтролю фізичного стану</p>	14	2	6	6
<p>Тема 2.4. Терапевтичні вправи у спеціальних клінічних ситуаціях.</p> <p>Застосування терапевтичних вправ у післяопераційний період, після травм, при хронічних захворюваннях та у осіб похилого віку. Адаптація вправ до функціональних обмежень, супутніх захворювань і рівня фізичної підготовленості. Забезпечення безпеки та ефективності реабілітаційного процесу</p>	14	2	6	6
<p>Тема 2.5. Проектування індивідуальних комплексів терапевтичних вправ.</p> <p>Планування індивідуальних програм терапевтичних вправ</p>	14	2	6	6

1	2	3	4	5
відповідно до цілей фізичної терапії. Підбір вправ, визначення дозування та очікуваних результатів. Моніторинг ефективності терапевтичних вправ та корекція програми на основі результатів повторного оцінювання				
РАЗОМ	120	14	42	64
<i>годин</i>				
	4			
<i>кредитів</i>				
Підсумковий (семестровий) контроль	екзамен			

5.1 Тематика семінарських занять

Семінарські заняття програмою не передбачені.

5.2 Тематика практичних занять

П/н	Теми практичних занять	Кількість годин (очна)
1	Тема 1.1. Терапевтичні вправи у системі терапії та реабілітації: поняття, цілі, місце в програмі втручання. Практичне заняття №1 <i>Мета заняття:</i> сформувати практичне розуміння ролі терапевтичних вправ у програмі фізичної терапії та реабілітації, логіки постановки цілей і очікуваних результатів втручання. <i>Зміст заняття:</i> – аналіз понять «терапевтичні вправи», «фізична терапія», «реабілітаційне втручання»; – визначення місця терапевтичних вправ у структурі втручання; – формулювання цілей і очікуваних результатів; – розбір професійно орієнтованих ситуацій	2
2	Тема 1.2. Класифікація терапевтичних вправ та принципи побудови програм рухової активності. Практичне заняття №2 <i>Мета заняття:</i> закріпити вміння класифікувати терапевтичні вправи та добирати їх відповідно до завдань фізичної терапії. <i>Зміст заняття:</i> – класифікація вправ за спрямуванням (рухливість, сила, витривалість, координація, баланс); – активні/пасивні/активно-пасивні вправи; – принципи поєднання вправ у програмі; – побудова короткого плану заняття	2
3	Тема 1.3. Дозування та прогресія навантаження у терапевтичних вправах. Практичне заняття №3 <i>Мета заняття:</i> сформувати навички дозування терапевтичних вправ і планування прогресії навантаження відповідно до реакції пацієнта/клієнта. <i>Зміст заняття:</i> – параметри навантаження (інтенсивність, обсяг, частота, тривалість, відпочинок); – критерії прогресії/регресії; – добір дозування для типових вправ; – розв'язання ситуаційних завдань	2
4	Тема 1.4. Оцінювання функціонального стану та безпека застосування терапевтичних вправ. Практичне заняття №4	2

П/н	Теми практичних занять	Кількість годин (очна)
	<p><i>Мета заняття:</i> сформувати практичні уміння оцінювання функціонального стану та забезпечення безпеки під час виконання терапевтичних вправ.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – первинне оцінювання (рухливість, сила, витривалість, баланс); – протипоказання та застереження; – ознаки небажаних реакцій; – алгоритм дій у разі погіршення стану</p>	
5	<p>Тема 1.5. Методика навчання терапевтичним вправам та організація самостійної роботи пацієнта.</p> <p>Практичне заняття №5</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати навички інструктажу, демонстрації та корекції техніки виконання терапевтичних вправ.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – структура інструкції; – демонстрація та вербальні підказки; – корекція типових помилок; – оцінка якості виконання вправ.</p> <p>Практичне заняття №6</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати вміння організувати домашню програму вправ та контролювати її виконання.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – підбір вправ для самостійної роботи; – правила безпеки вдома; – критерії самоконтролю; – ведення простого плану/щоденника виконання</p>	4
6	<p>Тема 2.1. Терапевтичні вправи при порушеннях опорно-рухового апарату.</p> <p>Практичне заняття №7</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати навички добору вправ для зменшення болю та відновлення рухливості при порушеннях ОРА.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – визначення завдань вправ при болю й обмеженні рухів; – підбір вправ на рухливість; – дозування та контроль реакції; – аналіз клінічних ситуацій.</p> <p>Практичне заняття №8</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати вміння підбирати вправи на силу, стабільність і контроль руху при порушеннях ОРА.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – вправи на силу та стабілізацію; – прогресія складності; – функціонально орієнтовані вправи; – оцінка ефективності.</p> <p>Практичне заняття №9</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати вміння поєднувати різні групи вправ у програмі для відновлення функціональних рухових патернів.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – побудова послідовності «мобільність–стабільність–сила–функція»; – адаптація вправ під цільові активності; – критерії прогресу; – розбір кейсу</p>	6
7	<p>Тема 2.2. Терапевтичні вправи при неврологічних порушеннях.</p> <p>Практичне заняття №10</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати навички застосування вправ для постурального контролю та рівноваги.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – аналіз порушень постури; – вправи на баланс; – дозування та безпека; – оцінка прогресу.</p> <p>Практичне заняття №11</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати вміння застосовувати вправи для координації та переміщень.</p>	6

П/н	Теми практичних занять	Кількість годин (очна)
	<p><i>Зміст заняття:</i> – вправи на координацію; – тренування переміщень; – підказки та корекція руху; – оцінка якості виконання.</p> <p>Практичне заняття №12</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати вміння застосовувати вправи для відновлення ходьби та функціональної активності.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – елементи тренування ходьби; – підбір рівня складності; – профілактика ризиків падінь; – корекція програми за результатами спостереження</p>	
8	<p>Тема 2.3. Терапевтичні вправи при порушеннях серцево-судинної та дихальної систем.</p> <p>Практичне заняття №13</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати навички планування вправ для розвитку витривалості з контролем інтенсивності.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – визначення допустимого навантаження; – підбір вправ аеробного спрямування; – дозування та відпочинок; – фіксація переносимості.</p> <p>Практичне заняття №14</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати вміння застосовувати дихальні вправи з урахуванням стану пацієнта/клієнта.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – добір дихальних вправ; – контроль симптомів; – навчання самоконтролю; – оцінка ефекту.</p> <p>Практичне заняття №15</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати вміння поєднувати дихальні та загальнорозвивальні вправи у програмі фізичної терапії.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – складання фрагмента програми; – індивідуалізація інтенсивності; – контроль життєвих показників; – аналіз типових помилок</p>	6
9	<p>Тема 2.4. Терапевтичні вправи у спеціальних клінічних ситуаціях.</p> <p>Практичне заняття №16</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати навички адаптації терапевтичних вправ у післяопераційний період та після травм.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – етапність відновлення; – обмеження та дозування; – підбір вправ відповідно до стану; – аналіз кейсу.</p> <p>Практичне заняття №17</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати вміння адаптувати терапевтичні вправи при хронічних станах.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – принципи безпеки та дозування; – профілактика загострень; – функціонально орієнтовані вправи; – критерії ефективності.</p> <p>Практичне заняття №18</p> <p><i>Мета заняття:</i> сформувати вміння адаптувати вправи для осіб похилого віку з урахуванням ризиків і функціональних обмежень.</p> <p><i>Зміст заняття:</i> – адаптація навантаження; – профілактика падінь; – тренування повсякденних активностей; – оцінка безпеки</p>	6
10	<p>Тема 2.5. Проектування індивідуальних комплексів терапевтичних вправ.</p> <p>Практичне заняття №19</p>	6

П/н	Теми практичних занять	Кількість годин (очна)
	<p>Мета заняття: сформувати навички постановки цілей та підбору комплексу терапевтичних вправ під заданий клінічний випадок.</p> <p>Зміст заняття: – постановка цілей; – підбір вправ; – дозування; – обґрунтування вибору.</p> <p>Практичне заняття №20</p> <p>Мета заняття: сформувати вміння планувати моніторинг результатів і корекцію програми терапевтичних вправ.</p> <p>Зміст заняття: – критерії ефективності; – повторне оцінювання; – корекція програми; – оформлення змін.</p> <p>Практичне заняття №21</p> <p>Мета заняття: сформувати вміння комплексного проєктування програми терапевтичних вправ із представленням результатів та самооцінюванням виконання.</p> <p>Зміст заняття: – робота з кейсом; – складання програми; – представлення та обговорення; – підсумковий аналіз практичних навичок</p>	
	Всього	42

5.3 Тематика лабораторних занять

Лабораторні заняття програмою не передбачені.

5.4 Тематика самостійної роботи здобувачів

п/н	Зміст навчального матеріалу	Вид діяльності	Кількість годин
1	Тема 1.1. Терапевтичні вправи у системі терапії та реабілітації	Самостійне опрацювання теоретичних джерел щодо ролі терапевтичних вправ у фізичній терапії та реабілітації; аналіз місця терапевтичних вправ у структурі реабілітаційного втручання; підготовка до усного обговорення на занятті	8
2	Тема 1.2. Класифікація терапевтичних вправ та принципи побудови програм рухової активності	Самостійне вивчення класифікацій терапевтичних вправ; аналіз прикладів програм фізичної терапії; написання реферату з теми класифікації та застосування терапевтичних вправ; підготовка до захисту реферату	8
3	Тема 1.3. Дозування та прогресія навантаження у терапевтичних вправах	Опрацювання навчальних матеріалів щодо параметрів фізичного навантаження; аналіз прикладів дозування вправ; підготовка презентації з питань дозування та прогресії навантаження у терапевтичних вправах	6
4	Тема 1.4. Оцінювання функціонального стану та безпека застосування терапевтичних вправ	Самостійне вивчення методів функціонального оцінювання; аналіз протипоказань і застережень до виконання вправ; підготовка презентації з	6

		питань безпеки та контролю стану пацієнта під час заняття	
5	Тема 1.5. Методика навчання терапевтичним вправам та організація самостійної роботи пацієнта	Опрацювання методичних підходів до навчання пацієнтів виконанню вправ; аналіз способів інструктажу та зворотного зв'язку; підготовка до практичного відпрацювання методики навчання	6
6	Тема 2.1. Терапевтичні вправи при порушеннях опорно-рухового апарату	Аналіз лекційного матеріалу; самостійна підготовка до практичної роботи з добору терапевтичних вправ при порушеннях опорно-рухового апарату; опрацювання клінічно орієнтованих прикладів	6
7	Тема 2.2. Терапевтичні вправи при неврологічних порушеннях	Самостійне опрацювання навчальних матеріалів щодо застосування вправ при неврологічних порушеннях; підготовка до практичної роботи з розвитку координації, рівноваги та ходьби	6
8	Тема 2.3. Терапевтичні вправи при порушеннях серцево-судинної та дихальної систем	Аналіз теоретичних матеріалів з питань дозування навантаження; підготовка до практичної роботи з підбору вправ для розвитку витривалості та дихальної функції; опрацювання принципів самоконтролю	6
9	Тема 2.4. Терапевтичні вправи у спеціальних клінічних ситуаціях	Самостійне опрацювання матеріалів щодо застосування терапевтичних вправ у післяопераційних, посттравматичних та хронічних станах; підготовка до виконання практичних завдань з адаптації вправ	6
10	Тема 2.5. Проектування індивідуальних комплексів терапевтичних вправ	Систематизація навчального матеріалу дисципліни; самостійне опрацювання алгоритмів планування індивідуальних програм терапевтичних вправ; підготовка до підсумкового контролю та екзамену	6
	Всього		64

6 Інформація про індивідуальне завдання

Робочою програмою навчальної дисципліни «Терапевтичні вправи» передбачено виконання індивідуальних навчальних завдань як складової поточного контролю результатів навчання. Індивідуальні завдання спрямовані на поглиблення та систематизацію теоретичних знань здобувачів вищої освіти, формування клінічного та професійного мислення, а також розвиток умінь обґрунтованого застосування терапевтичних вправ у практиці фізичної терапії та реабілітації.

Тематика індивідуальних завдань охоплює ключові теоретичні та методичні аспекти терапевтичних вправ, принципи планування й дозування фізичного навантаження, питання безпеки та оцінювання функціонального стану пацієнта. Самостійна робота реалізується у формі реферату та

презентацій відповідно до структури дисципліни та затвердженого розподілу форм робіт.

6.1 Орієнтовні теми рефератів

1. Терапевтичні вправи як основний засіб фізичної терапії та реабілітації.
2. Класифікація терапевтичних вправ та їх значення у відновленні рухових функцій.
3. Принципи побудови програм терапевтичних вправ у фізичній терапії.
4. Біопсихосоціальний підхід та використання МКФ у плануванні терапевтичних вправ.
5. Дозування фізичного навантаження у терапевтичних вправах: основні параметри та підходи.
6. Прогресія та регресія навантаження у програмах терапевтичних вправ.
7. Оцінювання функціонального стану пацієнта як основа призначення терапевтичних вправ.
8. Безпека застосування терапевтичних вправ у різних клінічних умовах.
9. Роль терапевтичних вправ у профілактиці функціональних порушень опорно-рухового апарату.
10. Навчання пацієнта виконанню терапевтичних вправ як складова фізичної терапії.
11. Місце терапевтичних вправ у комплексних реабілітаційних програмах.
12. Значення самостійної рухової активності пацієнта у досягненні реабілітаційних цілей.

6.2 Орієнтовні теми презентацій

1. Основні цілі та завдання терапевтичних вправ у фізичній терапії та реабілітації.
2. Класифікація терапевтичних вправ за функціональним призначенням.
3. Принципи добору терапевтичних вправ відповідно до стану пацієнта.
4. Дозування та контроль фізичного навантаження у терапевтичних вправах.
5. Прогресія навантаження у програмах терапевтичних вправ: практичні підходи.
6. Оцінювання рухових функцій перед призначенням терапевтичних вправ.
7. Протипоказання та застереження до виконання терапевтичних вправ.
8. Терапевтичні вправи при порушеннях опорно-рухового апарату.
9. Терапевтичні вправи при неврологічних порушеннях: ключові напрямки.
10. Терапевтичні вправи при порушеннях серцево-судинної та дихальної систем.
11. Адаптація терапевтичних вправ у спеціальних клінічних ситуаціях.
12. Проектування індивідуальних комплексів терапевтичних вправ.

6.3 Практичні завдання (ситуативні кейси)

1. Аналіз функціональних порушень опорно-рухового апарату та визначення цілей застосування терапевтичних вправ у фізичній терапії.
2. Обґрунтування добору терапевтичних вправ для відновлення рухливості, м'язової сили, стабільності та контролю руху при порушеннях опорно-рухового апарату.
3. Підбір та дозування терапевтичних вправ при неврологічних порушеннях з урахуванням особливостей координації, рівноваги, постурального контролю та ходьби.
4. Аналіз застосування терапевтичних вправ при порушеннях серцево-судинної та дихальної систем з урахуванням толерантності до фізичного навантаження та показників безпеки.
5. Обґрунтування вибору терапевтичних вправ у спеціальних клінічних ситуаціях (післяопераційні стани, травми, хронічні захворювання, похилий вік).
6. Визначення параметрів дозування фізичного навантаження у терапевтичних вправах відповідно до функціонального стану пацієнта.
7. Розроблення фрагмента індивідуальної програми терапевтичних вправ відповідно до поставлених реабілітаційних цілей.
8. Аналіз безпеки виконання терапевтичних вправ, визначення можливих ризиків та шляхів їх попередження.
9. Оцінка ефективності застосованих терапевтичних вправ за результатами спостереження та функціонального оцінювання.
10. Корекція комплексу терапевтичних вправ на основі результатів повторного оцінювання та реакції пацієнта на навантаження.

7 Ресурсне забезпечення навчальної дисципліни

Засоби навчання: навчально-методичні матеріали з дисципліни «Терапевтичні вправи»; конспекти лекцій та презентаційні матеріали; дидактичні матеріали для практичних занять; методичні рекомендації до виконання практичних робіт, реферату та презентацій; тестові завдання для поточного та модульного контролю; ситуаційні та клінічно орієнтовані завдання.

Для проведення занять використовуються технічні засоби навчання, зокрема мультимедійне обладнання, персональні комп'ютери, засоби відтворення відеоматеріалів, а також навчальні відео та демонстраційні матеріали з техніки виконання терапевтичних вправ.

Інформаційно-освітнє забезпечення дисципліни реалізується із застосуванням платформи Google Classroom для розміщення навчальних матеріалів, завдань і зворотного зв'язку та сервісу Google Meet для проведення онлайн-занять у межах змішаного формату навчання.

Для проведення занять з дисципліни «Терапевтичні вправи» використовуються:

- шведська стінка Ladas Lider (код LA-14) для виконання загальнорозвивальних, лікувально-гімнастичних і коригувальних вправ, спрямованих на відновлення рухових функцій, сили та гнучкості;
- степ-платформа Generation Fitness FF22H2B для виконання дозованих вправ аеробного та силового характеру, тренування координації рухів і витривалості;
- реабілітаційні бруси з перешкодами Антон БРХП для відпрацювання вправ, спрямованих на формування та відновлення навичок ходьби, рівноваги і координації;
- реабілітаційні сходи з різним кроком Tia-Sport для виконання терапевтичних вправ, спрямованих на відновлення функцій нижніх кінцівок та тренування рухових стереотипів;
- балансувальна платформа кільце SNS YJ05-G для розвитку статичної та динамічної рівноваги, стабілізації тулуба і кінцівок;
- м'ячі для фітнесу FitGo (650 мм) для виконання вправ у різних вихідних положеннях з метою розвитку мобільності, стабілізації та координації;
- об'ємні манжети для рук і ніг Zelart та FitGo для дозованого навантаження під час виконання терапевтичних вправ на розвиток сили та витривалості;
- медболы IronMaster (1 кг) та Record Medicine Ball (3 кг) для виконання вправ силового і координаційного характеру;
- набір гантелей PowerPlay Fitness Dumbbells (12 кг) для виконання вправ на розвиток м'язової сили верхніх і нижніх кінцівок;
- напівсфери масажні EasyFit для вправ на розвиток балансу, стабілізації та контролю положення тіла;
- масажні ролики EasyFit Grid Roller Extreme та PowerPlay Mini EPP Foam Roller для елементів розслаблення м'язів і відновлення після виконання терапевтичних вправ;
- валики та напіввалики для реабілітації і масажу EasyFit та 4Fizio для підтримки правильного положення тіла та виконання окремих вправ лікувальної гімнастики;
- ростомір медичний підлоговий Aton РМ-П для антропометричних вимірювань;
- рулетка спортивна (стрічка мірна) геодезична Star Brand для вимірювання амплітуди рухів і просторових параметрів виконання вправ.

Зазначене обладнання забезпечує можливість практичного опрацювання тем дисципліни, формування навичок підбору та виконання терапевтичних вправ, дозування фізичного навантаження та оцінювання ефективності рухових втручань.

Інформаційне та навчально-методичне забезпечення:

- 1) Робоча програма навчальної дисципліни
- 2) Силабус дисципліни
- 3) Методичні рекомендації для підготовки до практичних занять та самостійної роботи
- 4) Перелік основної й додаткової літератури вказано в робочій програмі,

8 Політика дисципліни

Політика щодо	Зміст політики
Політика щодо академічної доброчесності	Під час вивчення дисципліни «Терапевтичні вправи» здобувачі вищої освіти зобов'язані дотримуватися принципів академічної доброчесності. Усі види навчальної діяльності, зокрема практичні роботи, реферат і презентації, мають виконуватися самостійно та відображати індивідуальний рівень засвоєння навчального матеріалу. Плагіат, списування, несанкціоновані запозичення або подання чужих результатів як власних є неприпустимими та є підставою для незарахування відповідного виду роботи.
Використання інструментів штучного інтелекту при виконанні завдань з дисципліни	Дозволяється використання інструментів штучного інтелекту як допоміжного ресурсу для пошуку інформації, уточнення термінології та структурування матеріалу. Остаточні тексти робіт, обґрунтування вибору терапевтичних вправ, аналітичні висновки та практичні рішення повинні бути результатом самостійної роботи здобувача. Роботи, виконані без власного опрацювання, не приймаються до оцінювання.
Використання матеріалів з джерел відкритого доступу	Під час виконання навчальних завдань дозволяється використання матеріалів з відкритих освітніх і наукових ресурсів. Усі запозичення мають супроводжуватися коректним зазначенням джерел відповідно до вимог академічної доброчесності та навчально-методичних рекомендацій Університету.
Дотримання принципів та норм етики і професійної деонтології	Здобувачі вищої освіти повинні дотримуватися норм професійної етики та деонтології, характерних для фахівців з терапії та реабілітації. Під час практичних занять особлива увага приділяється відповідальній поведінці, коректній комунікації, дотриманню пацієнтоцентричного підходу та взаємній повазі у навчальному середовищі.
Відвідування	Лекційні та практичні заняття з дисципліни є обов'язковими для відвідування. У разі відсутності з поважних причин здобувач вищої освіти зобов'язаний завчасно повідомити викладача та виконати визначені завдання для опанування пропущеного матеріалу.
Дедлайни	Навчальні завдання з дисципліни виконуються та подаються у строки, визначені робочою програмою або викладачем. Порухення встановлених термінів без обґрунтованих причин може вплинути на результати поточного контролю або стати підставою для незарахування відповідного виду роботи.
Визнання та перезарахування здобувачу результатів навчання з навчальної дисципліни	Результати навчання, здобуті здобувачем вищої освіти в інших закладах вищої освіти або в межах програм академічної мобільності, можуть бути визнані та перезараховані відповідно до чинних нормативних документів і процедур, затверджених в Університеті.
Визнання результатів навчання, здобутих у неформальній та/або інформальній освіті	Результати навчання, отримані у процесі неформальної та/або інформальної освіти, можуть бути зараховані за умови їх відповідності програмним результатам навчання дисципліни «Терапевтичні вправи» та відповідно до

Політика щодо	Зміст політики
	встановленого в Університеті порядку (платформи: Physiopedia Plus, Академія НСЗУ, Prometheus)
Порядок відпрацювання пропущених занять	Відпрацювання пропущених з поважних причин занять здійснюється шляхом виконання індивідуальних завдань, демонстрації практичних навичок або захисту визначених робіт у строки, погоджені з викладачем.
Оцінювання	Оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти з дисципліни «Терапевтичні вправи» здійснюється відповідно до затверджених критеріїв, форм поточного та підсумкового контролю та чинних положень Університету.

9 Система та критерії оцінювання результатів навчання здобувача

9.1 Види контролю, які використовуються під час вивчення дисципліни, та форма підсумкового (семестрового) контролю за навчальною дисципліною.

Оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти з дисципліни «Терапевтичні вправи» здійснюється з урахуванням видів навчальних занять, форм організації освітнього процесу та затверджених форм навчальної діяльності.

Поточний контроль проводиться під час лекційних і практичних занять та передбачає усне опитування здобувачів вищої освіти з метою перевірки рівня засвоєння теоретичного матеріалу і сформованості професійних знань. Також поточний контроль здійснюється шляхом тестування після завершення кожного модуля, що дає змогу оцінити рівень розуміння основних понять, принципів і методик застосування терапевтичних вправ.

Окремими складовими поточного контролю є оцінювання виконання індивідуальних та практично орієнтованих завдань, зокрема реферату за темою 1.2, презентацій за темами 1.3 та 1.4, а також практичних робіт за темами 2.1–2.5. Результати виконання цих видів робіт враховуються під час формування підсумкової семестрової оцінки та відображають рівень сформованості практичних умінь і професійних компетентностей здобувача.

Підсумковий (семестровий) контроль з дисципліни проводиться у формі екзамену. Екзамен передбачає комплексну перевірку теоретичних знань і практичної підготовленості здобувачів вищої освіти, здатності застосовувати терапевтичні вправи у різних клінічних ситуаціях, обґрунтовувати вибір методів фізичної терапії та оцінювати їх ефективність відповідно до цілей реабілітації.

9.2 Методи контролю та оцінювання

Методи контролю та оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти з дисципліни «Терапевтичні вправи» спрямовані на комплексну

перевірку рівня засвоєння теоретичних знань, сформованості практичних умінь і здатності застосовувати їх у професійній діяльності.

У процесі поточного контролю використовуються усне опитування під час лекційних і практичних занять, що дає змогу оцінити розуміння основних понять, принципів і методик застосування терапевтичних вправ, логіку мислення та вміння аргументовано формулювати професійні судження. Важливим методом контролю є тестування після кожного модуля, яке забезпечує об'єктивну перевірку рівня засвоєння навчального матеріалу та системності знань.

Оцінювання індивідуальних завдань здійснюється шляхом перевірки реферату, підготовленого за темою 1.2, та презентацій за темами 1.3 і 1.4, з урахуванням повноти розкриття теми, логічності викладу, коректності використання фахової термінології та відповідності вимогам академічної доброчесності. Практичні роботи за темами 2.1–2.5 оцінюються на основі аналізу правильності виконання завдань, обґрунтованості добору терапевтичних вправ, дотримання принципів безпеки та здатності застосовувати отримані знання у змодельованих професійних ситуаціях.

Підсумкове оцінювання результатів навчання здійснюється під час екзамену, який передбачає перевірку інтегрованих знань і практичної підготовленості здобувачів вищої освіти, уміння аналізувати клінічні ситуації, обґрунтовувати вибір терапевтичних вправ і оцінювати ефективність фізичної терапії відповідно до поставлених реабілітаційних цілей.

9.3 Критерії оцінювання навчальної діяльності здобувачів, в межах окремих видів навчальних занять, передбачених робочою програмою навчальної дисципліни.

Оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти з дисципліни «Терапевтичні вправи» здійснюється на підставі результатів поточного та модульного контролю і спрямоване на визначення рівня засвоєння теоретичних знань, сформованості практичних умінь і навичок, а також здатності застосовувати терапевтичні вправи у професійно орієнтованих і клінічно наближених ситуаціях.

Оцінювання доповідей, захисту презентацій, рефератів

1 бали – робота загалом відповідає темі; основні положення викладено правильно, проте без достатньої глибини та системності; допускаються окремі неточності у поясненні механізмів дії терапевтичних вправ або принципів їх застосування; структура роботи логічна, але потребує уточнення; відповіді на запитання здебільшого правильні, однак з незначними труднощами.

2 бали – робота повністю відповідає темі; матеріал викладено послідовно, логічно та з урахуванням специфіки терапевтичних вправ; коректно використовується фахова термінологія; зроблено обґрунтовані

висновки з орієнтацією на практичне застосування у фізичній терапії; здобувач упевнено відповідає на запитання та демонструє розуміння взаємозв'язку теорії й практики.

Оцінювання усних відповідей під час практичних занять

1 бали – відповідь загалом правильна, але не повністю розкрита; використовується базова фахова термінологія; пояснення потребують уточнень, доповнень або конкретизації щодо практичного застосування вправ.

2 бали – відповідь повна, логічно побудована та аргументована; здобувач чітко пояснює мету, принципи добору і дозування терапевтичних вправ; демонструє розуміння їх функціонального та реабілітаційного значення.

Оцінювання доповнень до відповідей під час опитування

1 бал – доповнення відображає окремий аспект теми або наводить приклад без належного аналізу та узагальнення.

2 бали – доповнення є змістовним, логічно пов'язаним з основною відповіддю та містить обґрунтування з позицій застосування терапевтичних вправ у фізичній терапії.

Критерії оцінювання виконання практичних завдань (ситуативних кейсів)

Оцінювання практичних робіт здійснюється за результатами їх виконання та захисту під час практичних занять і спрямоване на перевірку сформованості практичних умінь застосування терапевтичних вправ, здатності планувати, реалізовувати та коригувати рухові втручання з урахуванням стану пацієнта та вимог безпеки.

3–4 бали – практичну роботу виконано повністю та у встановленому обсязі; добір терапевтичних вправ відповідає поставленій меті та функціональному стану пацієнта; навантаження дозовано правильно; дотримано принципів безпеки; виконані дії обґрунтовані; здобувач упевнено захищає роботу, аргументує прийняті рішення та відповідає на запитання викладача.

2 бали – практичну роботу виконано загалом правильно, але допущено окремі неточності у доборі вправ, дозуванні або їх обґрунтуванні; основна логіка виконання збережена; здобувач здатний пояснити виконані дії та відповісти на більшість запитань.

1 бал – практичну роботу виконано частково або з істотними помилками; добір і дозування терапевтичних вправ є некоректними; принципи безпеки порушено; обґрунтування відсутнє або поверхневе; здобувач не може чітко пояснити виконані дії під час захисту.

Критерії оцінювання презентації, доповідей, рефератів, схем

Критерії оцінювання презентації, реферату

Кількість балів	Мета роботи	Аналітичні узагальнення та висновки	Змістові акценти та професійна термінологія	Логіка та структура викладу
3 бали	Мета роботи чітко сформульована та безпосередньо пов'язана з тематикою дисципліни «Терапевтичні вправи» (принципи добору, дозування, прогресії та безпеки вправ); поставлені завдання повністю реалізовані	Висновки демонструють розуміння механізмів впливу терапевтичних вправ на функціональний стан пацієнта, їх ролі у фізичній терапії та реабілітації; узагальнення логічні, обґрунтовані та професійно виважені	Ключові положення чітко виокремлені; коректно використано фахову термінологію з фізичної терапії та терапевтичних вправ; зміст відповідає темам модуля та цілям навчальної дисципліни	Матеріал структурований і послідовний; простежується логічний зв'язок між теоретичними положеннями та практичними прикладами застосування вправ; робота має завершений, цілісний характер
2 бали	Мета роботи загалом відповідає темі дисципліни, однак сформульована недостатньо конкретно або реалізована частково	Висновки правильні за змістом, але переважно описові; аналіз застосування терапевтичних вправ потребує більшої глибини та узагальнення	Змістові акценти визначені, однак не завжди чітко виокремлені; можливе перевантаження інформацією або окремі неточності у використанні фахової термінології	Загальна структура роботи збережена, проте можливі окремі порушення логіки викладу або недостатня узгодженість між розділами
1 бал	Мета роботи сформульована нечітко або лише частково пов'язана з тематикою терапевтичних вправ	Висновки поверхові, фрагментарні, не відображають розуміння принципів застосування терапевтичних вправ у фізичній терапії	Ключові положення подані неповно; відсутні важливі поняття або допущені суттєві помилки у професійній термінології	Структура роботи порушена; матеріал подано несистемно, що ускладнює сприйняття та розуміння теми

9.4 Особливості набору балів за видами навчальної діяльності здобувача для кожної форми здобуття освіти та форми підсумкового (семестрового) контролю.

Розподіл балів за темами занять для заліку

Поточне оцінювання та самостійна робота														ПТ	ДБ	Е
Модуль 1							Модуль 2									
	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	тест	2.1	2.2	2.3	2.4	2.5	тест				
	2	5	7	7	2	6	4	4	4	4	4	6	55	5	40	
Розподіл балів за видами діяльності:																
УО	2	2	2	2	2								10			
Р		3											3			
П			3	3									6			
З			2	2									4			
ПР							4	4	4	4	4		20			
	29 балів						26 балів									
	Загальна рейтингова оцінка												100			

Умовні позначення, що використовуються в таблиці:

ДБ – додаткові бали

ПТ – підсумок по темам та СР

Е - екзамен

УО – усне опитування на практичному занятті

Р – написання реферату

П – створення презентації

З – захист презентації, реферату на практичному занятті

ПЗ(СК) – виконання практичного завдання (ситуативного кейсу)

Розподіл балів за видами діяльності

Вид діяльності студента	Максимальна кількість балів за одиницю	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів за семестр	Форма контролю
Усне опитування на практичних заняттях	2	5	10	Екзамен 40
Підготовка презентацій	3	2	6	
Підготовка рефератів	3	1	3	
Практичне завдання (ситуативний кейс)	4	5	20	
Захист рефератів, презентацій на практичних заняттях	2	2	4	
Тестування	6	2	12	

Додаткові бали за участь в студентських конференціях, круглих столах, тощо	5	1	5	
Разом			60	

Критерії оцінювання екзамену

40–35 балів – здобувач вищої освіти демонструє глибоке та системне розуміння теоретичних і методичних основ терапевтичних вправ у фізичній терапії та реабілітації. Відповідь відзначається логічністю, послідовністю й аргументованістю; коректно використовується фахова термінологія. Здобувач вільно орієнтується у принципах добору, дозування та прогресії терапевтичних вправ, уміє обґрунтовувати їх застосування відповідно до функціонального стану пацієнта, цілей реабілітації та вимог безпеки. Демонструє здатність аналізувати професійно орієнтовані ситуації, пояснювати механізми впливу вправ на організм і формувати обґрунтовані висновки щодо ефективності терапевтичних втручань.

34–25 балів – здобувач вищої освіти загалом володіє навчальним матеріалом з дисципліни «Терапевтичні вправи», правильно викладає основні поняття, принципи та підходи до застосування терапевтичних вправ. Відповідь є переважно правильною, однак характеризується недостатньою глибиною аналізу або обмеженим обґрунтуванням вибору вправ і параметрів навантаження. Можливі поодинокі неточності у термінології чи логіці викладу, проте здобувач демонструє розуміння загальної структури та змісту дисципліни.

24–10 балів – здобувач вищої освіти має фрагментарні знання з дисципліни, орієнтується лише в окремих поняттях і загальних уявленнях про терапевтичні вправи. Відповідь носить описовий, несистемний характер; порушено логіку викладу; наявні помилки у поясненні принципів добору та дозування вправ. Здобувач не демонструє здатності пов'язувати теоретичні положення з практичним застосуванням терапевтичних вправ у фізичній терапії та реабілітації.

9 балів і менше – здобувач вищої освіти виявляє низький рівень засвоєння навчального матеріалу. Відповідь є неповною, нелогічною або формальною; основні поняття та принципи терапевтичних вправ не розкриті або подані неправильно. Відсутнє розуміння ролі терапевтичних вправ у фізичній терапії та реабілітації, що свідчить про відсутність базової підготовки з дисципліни.

9.5 Шкала оцінювання результатів підсумкового контролю, що використовується в Університеті

Оцінка за шкалою ю ЄКТС	Оцінка за стобальною шкалою	Оцінка за національною шкалою	Значення оцінки
-------------------------	-----------------------------	-------------------------------	-----------------

A	90 - 100 балів	«відмінно»/ «excellent»	Відмінно - відмінний рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу з можливими незначними недоліками
B	80 - 89 балів	«добре»/ «good»	Дуже добре - достатньо високий рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу без суттєвих (грубих) помилок
C	75 - 79 балів		Добре - в цілому добрий рівень знань (умінь) з незначною кількістю помилок
D	69 - 74 балів	«задовільно»/ «satisfactorily»	Задовільно - посередній рівень знань (умінь) із значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності
E	60 - 68 балів		Достатньо - мінімально можливий допустимий рівень знань (умінь)
FX	30-59 балів	«незадовільно»/ «unsatisfactory» (з можливістю повторного складання)	Незадовільно - потрібно додатково працювати для отримання позитивної оцінки
F	1-29 балів	«незадовільно»/ «unsatisfactory» (з обов'язковим повторним курсом)	Незадовільно - необхідна серйозна подальша робота з повторним вивченням курсу

10 Рекомендовані джерела інформації

Основна література

1. Голуб В. П., Лущик У. Б., Горбунов О. А. Лікувальна терапія та лікувальна фізкультура — гра термінів в реабілітаційному процесі: навчальний посібник / У. Б. Лущик, В. П. Голуб, О. А. Горбунов. — Тернопіль : , 2024. — 220 с.
2. Єжова О, Тимрук-Скоропад К, Ціж Л, Ситник О. Терапевтичні вправи: навчальний посібник. Суми, 2021; 152.
3. Єжова О., Тимрук-Скоропад К., Ціж Л., Ситник О. Терапевтичні вправи: навч. посіб. із доп. Реальністю. 2-ге вид., доповн. Львів: ЛДУФК ім.Івана Боберського, 2023. 160 с.
4. Терапевтичні вправи: навчальний посібник / Ольга Єжова, Катерина Тимрук-Скоропад, Любов Ціж, Ольга Ситник – Житомир, ПП "Євро-Волинь", 2021. – 150 с.
5. Чіфу Д. К. (ред.) Фізична медицина і реабілітація за Бреддомом : у 2 т. / ред. Д. К. Чіфу ; пер. з англ. — Київ : Всеукраїнське спеціалізоване видавництво «Медицина», 2025. — Т. 1–2. ISBN 978-617-505-974-6
6. Швесткова Ольга, Сладкова Петра та кол. Фізична терапія: Підручник. – Київ, Чеський центр у Києві, 2019. – 272 с.

Додаткова література

1. Голуб В. П., Лущик У. Б., Горбунов О. А., Ковальова В. В. Прикладна мієологія в практиці фізичного терапевта та ерготерапевта: навчально-методичний посібник / В. П. Голуб, У. Б. Лущик, О. А. Горбунов, В. В. Ковальова. — Тернопіль : , 2025. — 248 с.
2. Голуб В. П., Лущик У. Б., Ковальова В. В. Біомеханіка нейроміотому в реабіліційному процесі рухових розладів: навчально-методичний посібник / В. П. Голуб, У. Б. Лущик, В. В. Ковальова. — Тернопіль : , 2025. — 192 с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник / Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко; за заг. ред. Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчука. — Тернопіль: ТДМУ, 2019. — 372 с.

Інформаційні ресурси.

1. Physiotutors [Електронний ресурс] : YouTube-канал. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/c/Physiotutors/featured>
2. Фізіоенот [Електронний ресурс] : YouTube-канал. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/channel/UC51DkJkKUNuMc3C-ZQmyUqg>
3. Хиггінс М. *Therapeutic Exercise* / Michael Higgins. — [Електронний ресурс]. — Режим доступу: <https://www.yakaboo.ua/therapeutic-exercise-1e.html>