

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**  
**імені ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**  
**КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ**

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**«Основи нетрадиційних методів оздоровлення»**

<b>Назва курсу</b>	Основи нетрадиційних методів оздоровлення
<b>Адреса викладання курсу</b>	ЛДУФК імені Івана Боберського, вул. Дудаєва, 8
<b>Факультет та кафедра, за якою закріплена дисципліна</b>	факультет фізичної терапії та ерготерапії, кафедра фізичної терапії та ерготерапії
<b>Галузь знань, шифр та назва спеціальності</b>	22 – охорона здоров'я, спеціальність 227 – фізична терапія, ерготерапія
<b>Освітня програма</b>	Фізична терапія, ерготерапія
<b>Кількість кредитів</b>	3 – 90 год., із них 34 аудиторних: 14 годин лекцій, 20 годин практичних занять і 56 години самостійної роботи
<b>Формат курсу</b>	Очний, заочний
<b>Рік підготовки</b>	- 4, семестр – 2 (заочна – 5, семестр – 1)
<b>Компонент освітньої програми</b>	нормативний
<b>Дні занять</b>	відповідно до графіку навчального процесу
<b>Консультації</b>	в день проведення лекцій/практичних занять (за попередньою домовленістю).
<b>Мова викладання</b>	українська
<b>Форма контролю</b>	залік
<b>Викладачі курсу</b>	Доцент, кандидат наук з фізичного виховання та спорту – Стасюк Ольга Михалівна
<b>Контактна інформація викладачів</b>	fr@ldufk.edu.ua (032)261-19-37
<b>Сторінка курсу</b>	

## Опис дисципліни

Курс «Основи нетрадиційних методів оздоровлення» має важливе значення в системі навчання фахівців з фізичної терапії, оскільки ця дисципліна дає загальне розуміння про той чи інший нетрадиційний метод оздоровлення, а також вміння застосовувати окремі елементи цих методів на практиці для відновлення фізичного та психічного стану неповносправних.

Оскільки сучасні фахівці у сфері охорони здоров'я все частіше звертаються за рекомендаціями до основних засад нетрадиційної медицини, сучасні спеціалісти фізичної терапії, повинні бути компетентними у даній сфері. Вони повинні володіти знаннями у галузі рефлексотерапії, тайського масажу, ароматерапії та ін.. Вміти застосовувати окремі елементи нетрадиційних методів оздоровлення у профілактиці, виявленні та лікуванні певних пошкоджень та захворювань організму.

**Мета** курсу є вивчення основних засад нетрадиційних методів оздоровлення.

Особливість навчальної програми полягає в тому, що її вивчення планується за принципом поділу усіх нетрадиційних методів оздоровлення на три групи в залежності від певних умов та факторів. Як при викладанні лекційного матеріалу, так і під час проведення практичних занять, враховуються особливості фізичної терапії, як майбутньої спеціальності студентів.

Курс «Основи нетрадиційних методів оздоровлення» розроблено з урахуванням вимог до змісту підготовки фахівців галузі *охорона здоров'я спеціальності фізична терапія, ерготерапія*

**Об'єктом** вивчення навчальної дисципліни є теоретико-практичні аспекти нетрадиційних методів оздоровлення.

## Навчальний контент

Назви змістових тем	Розподіл годин				Результати навчання. Знати:
	разом	л.	пр.	с.р.	
Тема 1. Введення в курс «Основи нетрадиційних методів оздоровлення»	9	2	2	5	- Поняття «нетрадиційної медицини» та «нетрадиційних методів оздоровлення». Перелік та короткий опис нетрадиційних

					методів оздоровлення.
Тема 2. Енергетична система людини	10	2	3	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Поняття біополя та біоенергії. Процес передачі біоенергії.</li> <li>- Поняття аури та фактори від яких залежить колір шарів аури. Функції аури. Методи зміцнення та оздоровлення аури.</li> <li>- Поняття «чакра» (енергетичний центр) та їх взаємозв'язок з нервовою системою людини.</li> <li>- Характеристика місця розташування кожної чакри та області її керування різними органами людини. Функції чакр. Складові енергетичної системи людини.</li> <li>- Характеристика основних (класичних) меридіанів. Їх функції. Характеристика м'язово-сухожильних меридіанів та їх відмінність від класичних.</li> <li>- Динаміка енергії в організмі людини.</li> </ul>
Тема 3. Основи суджок терапії	10	2	3	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Основні системи відповідності кистей і стоп: пояснення подібності кисті тілу; інь та янь поверхні тіла.</li> <li>- Позитиви суджок терапії. Лікування за системою суджок: основні ступені пошуку лікувальної точки; способи стимуляції лікувальних точок.</li> <li>- Покази та протипоказання для застосування суджок терапії.</li> <li>- Застосувувати прийоми знаходження та стимуляції лікувальних точок. Практичне застосування суджок терапії при деяких захворюваннях і травмах.</li> </ul>
Тема 4. Основні засади рефлексотерапії	9	2	2	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Основні засади рефлексотерапії. Вчення про енергію, меридіани і життєві точки. Характеристика оптимального часу впливу на той чи інший меридіан та орган (внутрішній біологічний годинник). Фізіологічні механізми давньосхідної рефлексотерапії.</li> <li>- Опис зміни діаметру «життєвих» точок в залежності від певних факторів. Об'єктивні та суб'єктивні ознаки наявності меридіанів. Реакції організму при подразненні точок голкою, при їх припалюванні (прогріванні)</li> </ul>

					<p>та при точковому масажі.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прийоми знаходження точок акупунктури та їх найменування. Детальна характеристика класичних меридіанів.</li> </ul>
Тема 5. Елементи Каппо та їх застосування при деяких захворюваннях та небезпечних для життя станах	7	-	2	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Поняття Каппо. Історія виникнення. Суть даного методу.</li> <li>- Прийоми каппо та їх вплив на організм людини. Опис прийомів каппо при деяких травмах. Перша допомога при травмах та небезпечних для життя станах організму.</li> </ul>
Тема 6. Основні елементи тайського та східного масажів	8	-	2	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Поняття і основні положення традиційного східного та тайського масажів.</li> <li>- Основні прийоми.</li> <li>- Рекомендації для правильного виконання масажу. Масаж окремих ділянок тіла.</li> <li>- Історія розвитку тайського масажу. Суть методу.</li> <li>- Значення масажу. Застосування тайського масажу при деяких захворюваннях та протипоказання щодо його проведення.</li> </ul>
Тема 7. Ароматерапія та її застосування при різних захворюваннях	10	2	3	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Поняття ароматерапії, історія її розвитку. Напрямки та методики використання ароматерапії, вплив на організм.</li> <li>- Протипоказання щодо застосування деяких аромоолій при певних захворюваннях чи пошкодженнях.</li> <li>- Характеристика дій ароматерапевта під час першого прийому пацієнта.</li> <li>- Характеристика факторів від яких залежить швидкість поглинання аромоолій шкірою. Види інгаляцій.</li> <li>- Вплив різних запахів на організм людини. Ароматерапія і захворювання.</li> </ul>
Тема 8. Основні засади ліготерапії	10	2	3	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Поняття та принцип ліготерапії. Історія виникнення ліготерапії.</li> <li>- Самостійні методики та методи лікування каміннями.</li> <li>- Лікувальні властивості каміння.</li> </ul>

					Лікувальний вплив різного виду каміння.
Тема 9. Різновиди дихальних гімнастик	9	2	2	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Поняття «пранаями». Поняття «дихальної гімнастики».</li> <li>- Характеристика дихальної гімнастики К.П. Бутейка (вольова регуляція глибокого дихання).</li> <li>- Характеристика парадоксальної дихальної гімнастики А.Н. Стрельникової.</li> <li>- Система дихальної гімнастики «Кальмицька йога».</li> </ul>
Тема 10. Зміст основних нетрадиційних систем	7	-	2	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Історія створення системи К.Ніші. Основи цієї системи. Вчення про «основний двигун» крові. Значення капілярних вправ.</li> <li>- Шість правил здоров'я за цією системою.</li> </ul>
Тема 11. Основні засади Аюрведи	7	-	2	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Поняття аюрведи. Основні положення аюрведи. Класифікація хвороб за аюрведою. Аюрведичні методи лікування.</li> <li>- Позитивний вплив і протипоказання щодо проведення процедури очищення. Принципи екстреної допомоги при загостренні захворювань.</li> <li>- Деякі види аюрведичних процедур.</li> </ul>
<b>Усього:</b>	<b>90</b>	<b>14</b>	<b>20</b>	<b>56</b>	

### Очікувані результати навчання

Після завершення цього курсу студент буде <b>вміти</b> :	<b>Компетентності</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• підбирати методи зміцнення та оздоровлення аури;</li> </ul>	ЗК 01. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. ЗК 02. Здатність діяти на основі етичних

<ul style="list-style-type: none"> <li>• визначати місце розташування чакр; визначати місце розташування органів на кистях і стопах;</li> <li>• застосовувати різні способи стимуляції лікувальних точок в залежності від конкретного захворювання;</li> <li>• визначати за об'єктивними та суб'єктивними ознаками наявність меридіанів;</li> <li>• застосовувати деякі прийоми знаходження точок акупунктури;</li> <li>• виконувати найбільш поширені прийоми східного та тайського масажів;</li> <li>• підбирати аромоолії в залежності від конкретного захворювання чи травми;</li> <li>• практично застосовувати шість правил здоров'я системи К. Ніші;</li> <li>• підбирати каміння в залежності від конкретного захворювання;</li> </ul>	<p>міркувань (мотивів).</p> <p>ЗК 03. Навички міжособистісної взаємодії.</p> <p>ЗК 04. Здатність працювати в команді.</p> <p>ЗК 05. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.</p> <p>ЗК 06. Здатність планувати та управляти часом.</p> <p>ЗК 09. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.</p> <p>ЗК 11. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК 13. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.</p> <p>СК 01. Здатність пояснити потребу у заходах фізичної терапії, ерготерапії, принципи їх використання і зв'язок з охороною здоров'я.</p> <p>СК 02. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.</p> <p>СК 04. Здатність враховувати медичні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти у практиці фізичної терапії, ерготерапії.</p> <p>СК 11. Здатність адаптовувати свою поточну практичну діяльність до змінних умов.</p> <p>СК 12. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів</p>
--	---

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• використовувати відповідні різновиди дихальних гімнастик при різних захворюваннях.</li></ul> |  |
|--|--|

### **Пререквізити**

Для вивчення курсу студенти потребують базових знань з анатомії, фізіології, а також прикладних предметів, які викладаються для студентів спеціальності «Фізична терапія».

### **Навчальні методи та техніки**

Під час викладання курсу будуть використовуватися лекції, розповіді, пояснення, розв'язування ситуаційних задач, дискусія, практико-орієнтоване навчання.

### **Необхідне обладнання**

Посібник, проектор, простір реабілітаційних відділень та кабінетів.

### **Політика оцінювання**

#### ***Політика щодо відвідування:***

- відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання, за яке нараховуються бали;
- за наявності об'єктивних причин (напр.: хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування тощо) навчання може відбуватись в онлайн формі за погодженням із керівником курсу.

#### ***Політика щодо академічної доброчесності:***

- списування під час контрольних робіт і складання заліків, іспитів та інших контрольних форм перевірки заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів);
- мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час підготовки практичних завдань в процесі заняття.

#### ***Умови допуску до підсумкового контролю:***

- відвідування (або відпрацювання) усіх занять;
- відвідування баз ознайомчої практики;
- наявність конспекту лекції чи самопідготовки;
- активна участь у практичних заняттях (відповіді на запитання, доповнення);
- вчасне виконання домашніх завдань з самостійної роботи;
- складання підсумкових тестів за змістовним модулем.

#### ***Умови щодо дедлайнів та перескладання:***

- роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності балів);
- перескладання модулів відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин (напр.: участь у змаганнях, конференціях тощо) і оцінюється без зниження оцінки.

### Критерії оцінювання

Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Бали нараховуються за наступним співвідношенням:

Види роботи		Модуль 1					Модуль 2				
Усне опитування	Тема (Т) 1 3 бали	Т 2 3 бали	Т 3 3 бали	Т 4 3 бали	Т 5 3 бали	Т 6 3 бали	Т 7 3 бали	Т 8 3 бали	Т 9 3 бали	Т 10 3 бали	Т 11 3 бали
Написання модуля		28 балів					20 балів				
Наявність конспекту	6 балів										
Відвідування	5 балів										
Оформлення реферату	8 балів										
Сума балів та оцінка за модуль	«3»				61-74 бали						
	«4»				75-89						
	«5»				90-100						

**Максимальна кількість балів за модуль – 100 балів (100%).**

**Мінімальна кількість балів, за якою модуль вважають зданим – 61 бал (61%).**

### Оцінювання

Види роботи	Модуль 1		Модуль 2		Сума
	Успішність	Бали	Успішність	Бали	
Усне опитування (середня оцінка)	3,0-3,5	10	3,0-3,5	10	20
	3,6-3,9	11	3,6-3,9	11	22
	4,0-4,3	12	4,0-4,3	12	24
	4,4-4,5	13-14	4,4-4,5	13	27
	4,6-5,0	15-16	4,6-5,0	14-15	29-31
Оформлення реферату	3,0-3,5	2	3,0-3,5	2	4
	3,6-3,9	2	3,6-3,9	2	4
	4,0-4,3	3	4,0-4,3	3	6
	4,4-4,5	4	4,4-4,5	4	8
	4,6-5,0	4	4,6-5,0	4	8
Написання модуля (кількість)	12-13	15-18	7-8	14-16	29-33
	14-15	19-21	9-10	17-19	35-38
	16-18	22-23	11-12	20-22	42



правильних відповідей)	19-20	24-25	19-20	23-25	44-50
Відвідування (кількість занять у %)	40-60	2	40-60	2	4
	60-80	2	60-80	2	4
	80-100	2	80-100	3	5
Наявність конспекту (кількість у відсотках наявного матеріалу дисципліни)	40-60	2	40-60	2	4
	60-80	2	60-80	2	4
	80-100	3	80-100	3	6
Сума балів та оцінка за модуль	задовільно	31-37	задовільно	30-37	61-74
	добре	38-44	добре	38-44	76-88
	відмінно	45-50	відмінно	45-50	90-100

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою для екзамену
90 – 100	<b>A</b>	відмінно
82-89	<b>B</b>	добре
75-81	<b>C</b>	
68-74	<b>D</b>	
61-67	<b>E</b>	задовільно
35-60	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Залік студент отримує на підставі результатів виконання ним усіх видів робіт на практичних заняттях та контрольних замірів протягом семестру.

### Рекомендована література

#### Основна:

1. Левшинова А.А. Системы оздоровления Востока и Запада : энциклопедия / А.А. Левшинова. – Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. – 608 с.
2. Твердохліб О. Ф. Нетрадиційні види оздоровчої фізичної культури. Асани – цілющі положення тіла : навч. посіб. / О.Ф. Твердохліб – Київ : Вид-во Політехніка ; Воля, 2005. – 160 с.
3. Нетрадиційні методи діагностики і терапії / Самосюк І. З., Лисенюк В. П., Лиманський Ю. П. та ін. – Київ : Здоров'я, 1994. – 240 с.
4. Стасюк О. М. Основи нетрадиційних методів оздоровлення : навч. посіб. / О.М. Стасюк, Б.М. Кіндзер – Львів : ЛДУФК, 2012. – 173 с.

#### Допоміжна:

1. Апанасенко Г. Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека. – Санкт-Петербург : Петрополис, 1992. –123 с.
3. Бреннен Б. Руки света. Целительство через энергетическое поле человека / Барбара Бреннен. – Санкт-Петербург : ЛГПИ, 1992. – 124 с.
4. Богданов Г. Б. Метрология экстрасенсорики. – Киев : Украина, 1991. – 78 с.
5. Гримак А.П. Магия биополя : энергоинформационное лечение. – Москва : Республика, 1994. –448 с.
7. Малахов Г. П. Целительные силы. Биосинтез и биоэнергетика. – Санкт-Петербург : Комплект, 1994. – Т. 2. – 313 с.

**Електронні ресурси:**

1. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
2. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>