

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ

«ЗАТВЕРДЖЕНО»

на засіданні кафедри
фізичної терапії, ерготерапії

«2» вересня 2019 р.,

протокол № 2

Зав. каф _____ Коритко З. І.

**ДИДАКТИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ
СТУДЕНТІВ**

з навчальної дисципліни

**«ОБСТЕЖЕННЯ, МЕТОДИ ОЦІНКИ ТА КОНТРОЛЮ ПРИ
ПОРУШЕННЯХ ДІЯЛЬНОСТІ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ»**

рівень вищої освіти «бакалавр»

для студентів 3 курсу ФФТта ЕТ, ФП та ЗО

©доц. Тиравська О. І.

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
1	Сучасні методика обстеження та оцінки ОРА	10	10
2	Апаратні методика обстеження та оцінки стану ОРА	10	10
3	Візуальні критерії оптимальної статички та динаміки ОРА	10	10
4	Визначення довжини кінцівок	10	16
5	Визначення стану склепіння стопи	10	16
6	Гіпермобільність хребта	10	16
7	Гіпермобільність суглобів	10	16
8	Нестабільність плечового суглобу	10	12
9	Тести на епикондиліт	10	14
10	Тести сухожиль згиначів кисті	10	16

11	Тести пошкодження менісків	10	12
12	Тести на вкорочення клубово-поперекового, прямого м'язів, та м'язу натагача широкої фасції	10	14
13	Визначення больових м'язових ущільнень	10	16
	Разом	130	178

Конспекти самопідготовки (у відповідності до запитань у межах тем, які розглядаються на лекційних та семінарських заняттях).

Тема № 1. СУЧАСНІ МЕТОДИКИ ОБСТЕЖЕННЯ ТА ОЦІНКИ ОРА

Студенту необхідно опрацювати матеріал щодо сучасних інструментальних та неінструментальних методик обстеження та оцінки порушень опорно-рухового апарату.

Тема № 2. АПАРАТНІ МЕТОДИКИ ОБСТЕЖЕННЯ ТА ОЦІНКИ СТАНУ ОРА

Студенту необхідно опрацювати матеріал щодо особливостей застосування апаратних методик обстеження опорно-рухового апарату, проаналізувати їх недоліки та переваги над неапаратними методиками.

Тема № 3. ВІЗУАЛЬНІ КРИТЕРІЇ ОПТИМАЛЬНОЇ СТАТИКИ ТА ДИНАМІКИ ОРА

Студенту необхідно опрацювати матеріал щодо особливостей візуальної діагностики видимих порушень опорно-рухового апарату, ступеня їх вираженості, мінливості під впливом фізичних навантажень. Вміти описати основні критерії оцінки оптимальної та неоптимальної статички, регіонарного постурального дисбалансу м'язів та динамічного стереотипу.

Тема № 4. ВИЗНАЧЕННЯ ДОВЖИНИ КІНЦІВОК

Студенту необхідно оволодіти методикою вимірювання довжини верхніх та нижніх кінцівок сантиметровою стрічкою. Вміти описати види укорочення кінцівок.

Тема № 5. ВИЗНАЧЕННЯ СТАНУ СКЛЕПІННЯ СТОПИ

Студенту необхідно опрацювати матеріал щодо основних функцій стопи, видів її деформації, а також форм постановки стопи при різних деформаціях. Узагальнити інформацію щодо методів дослідження просторових біомеханічних параметрів стопи

Тема № 6. ГІПЕРМОБІЛЬНІСТЬ ХРЕБТА

Студенту необхідно опрацювати матеріал щодо етіології та проявів синдрому гіпермобільності шийного та поперекового відділів хребта, сегментарної гіпермобільності та їх діагностики.

Тема № 7. ГІПЕРМОБІЛЬНІСТЬ СУГЛОБІВ

Студенту необхідно опрацювати матеріал щодо гіпермобільності суглобів як прояву дисплазії сполучної тканини, особливостей діагностики та клінічного значення синдрому гіпермобільності суглобів у дітей.

Тема № 8. НЕСТАБІЛЬНІСТЬ ПЛЕЧОВОГО СУГЛОБУ

Студенту необхідно опрацювати матеріал щодо основних причин та тестів для діагностики нестабільності плечового суглобу, зокрема тест «передчуття» переднього та заднього вивихів плеча, тест Rowe, тест Leffert, тести переднього і заднього висувного ящика, тест «точки опори»

Тема № 9. ТЕСИ НА ЕПІКОНДИЛІТ

Студенту необхідно опрацювати матеріал щодо причин латерального та медіального епікондилітів та основних тестів для його діагностики, зокрема

тест Bowden, тест Thomson, тест Mill, тест Cozen, зворотній тест Cozen симптом «ліктя гольфіста».

Тема № 10. ТЕСТИ СУХОЖИЛЬ ЗГИНАЧІВ КИСТІ

Студенту необхідно підготувати презентацію про основних тестів сухожиль згиначів кисті (глибокого згинача пальців, поверхневого згинача пальців та довгих згинача та розгинача великого пальця).

Тема № 11. ТЕСТИ ПОШКОДЖЕННЯ МЕНІСКІВ

Студенту необхідно опрацювати матеріал щодо причин та основних тестів діагностики пошкодження менісків (тест дистракції та компресії Arley, тест McMurray, тест Bragard, симптом Чакліна, тест Wilsont та ін..)

Тема № 12. ТЕСТИ НА ВКОРОЧЕННЯ КЛУБОВО-ПОПЕРЕКОВОГО, ПРЯМОГО М'ЯЗІВ, ТА М'ЯЗУ НАТАГАЧА ШИРОКОЇ ФАСЦІЇ

Студенту необхідно опрацювати матеріал щодо тестів на вкорочення клубово-поперекового, прямого м'язів, та м'язу натагача широкої фасції

Тема № 13. ВИЗНАЧЕННЯ БОЛЬОВИХ М'ЯЗОВИХ УЩІЛЬНЕНЬ

Студенту необхідно опрацювати матеріал про міофасціальний больовий синдром, вивчити методики діагностики м'язових ущільнень.

Рекомендована література

Основна:

1. Букуп К. Клиническое исследование костей, суставов и мышц / К Букуп, Й. Букуп. – 3-е изд., перераб и доп. – Москва : Мед. лит., 2018. – 384 с.
2. Герцик А. М. Інформаційний опис системи фізичної реабілітації при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату / Андрій Герцик, Оксана Тиравська, Юрій Борецький // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 54–62.

3. Герцик А. М. [Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації /фізичної терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату](#) : монографія / Андрій Герцик. – Львів : ЛДУФК, 2018. – 388 с.
4. Медико-біологічні основи фізичної терапії, ерготерапії ("Нормальна анатомія" та "Нормальна фізіологія") : навч. посіб. / Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Станіслав Крась, Софія Маєвська, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2019. – 146 с.
5. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Музика Ф. В., Гриньків М. Я., Куцериб Т. М. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.
6. Мухін В. М. Фізична реабілітація в травматології : монографія / В. М. Мухін. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 428 с.
7. Мухін В. М. Фізична реабілітація : підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / В. М. Мухін. – Київ : Олімпійська література, 2005. – 471 с.
8. Тиравська О. Реабілітаційне обстеження осіб після хірургічного лікування кил міжхребцевих дисків поперекового відділу хребта / Оксана Тиравська // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фізичної культури та спорту. – Львів, 2009. – Вип. 13, т. 3. – С. 171–175.
9. Янда В. Функциональная диагностика мышц / В. Янда. – Москва : Эксмо, 2010. – 352 с.
10. Энока Р. М. Основы кинезиологии / Р. М. Энока. – Киев : Олимпийская литература, 2000. – 399 с.
11. O'Sullivan S., Schmitz T. Physical Rehabilitation: Assessment and Treatment. – 4th ed. – Philadelphia: F.A. Davis, 2000. – 687 p.
12. Kinesiology of the Musculoskeletal System: Foundations for Physical Rehabilitation by Donald A. Neumann Mosby. – 3rd ed. .
13. Magee D. Orthopedic Physical Assessment. – 6th Rev. Ed., 2013. – 1184 p.

Допоміжна:

1. Обстеження як функціональна підсистема фізичної реабілітації/терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату / Герцик А.,

Тиравська О. // Молодіжний наук. вісник Східноєвроп. нац. ун-ту імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт. – 2016. – № 22. – С. 65–73.

2. Иваничев Г. А. Мануальная медицина : учеб. пособие / Г. А. Иваничев. – Москва : МЕДпресс-информ, 2003. – 486 с.

3. Коритко З. Загальна фізіологія : навч. посіб. / Зоряна Коритко, Євген Голубій. – Львів : ПП Сорока, 2002. – 141 с.

4. Коритко З. Медико-біологічні основи фізичного виховання / Зоряна Коритко. – Львів, 2002. – 51 с.

5. Крук Б. Рекомендації щодо використання вправ, спрямованих на розвиток сили м'язів, у фізичній реабілітації осіб із хребетно-спинномозковою травмою / Богдан Крук // Молода спортивна наука України : зб. наук. ст. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2004. – Вип. 8, т. 2. – С. 202–205.

6. Куцериб Т. Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Федір Музика. – Львів: ЛДУФК, 2019. – 86 с.

7. Маркс В. О. Ортопедическая диагностика : руководство-справочник / В. О. Маркс. – Таганрог : Прогресс, 2001. – 512 с.

8. Олекса А. П. Ортопедія / А. П. Олекса. – Тернопіль : ТДМУ, 2006. – 528 с.

9. Паєнок О. [Загальний огляд нервової системи. Головний і спинний мозок](#) / Олександр Паєнок. – Львів, 2017.

10. Паєнок О. [Черепно-мозкова травма. Травми хребта та спинного мозку](#) / Олександр Паєнок. – Львів, 2017.

11. Тиравська О. Вихідні показники функціонального стану опорно-рухового апарату осіб після хірургічного лікування кил міжхребцевих дисків поперекового відділу хребта / Оксана Тиравська // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2012. – Вип. 16, т. 3. – С. 236–241.

12. Тиравська О. Клінічні прояви кил міжхребцевих дисків поперекового відділу хребта в залежності від локалізації / Оксана Тиравська // Молода

спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. - Львів, 2008. – Вип. 12, т. 3. – С. 222–225.

13. Тиравська О. [Оптимальні вихідні положення при виконанні фізичних вправ для осіб з килами міжхребцевих дисків поперекового відділу хребта](#) // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків : ХДАДМ (ХХП), 2007. – № 5. – С. 231–233.

14. Тиравська О. Програма фізичної реабілітації осіб, оперованих із приводу кил міжхребцевих дисків поперекового відділу хребта / Оксана Тиравська, Ростислав Данилков // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2011. – Вип. 15, т. 3. – С. 293–299.

15. Тиравська О. І. Фізична реабілітація осіб, оперованих з приводу кил міжхребцевих дисків поперекового відділу хребта : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.03 "Фізична реабілітація" / Тиравська Оксана Іванівна ; ЛДУФК. – Львів, 2010. – 20 с.

16. Тиравська О. Характеристика фізичних вправ, які використовуються при лікуванні кил міжхребцевих дисків поперекового відділу хребта / Оксана Тиравська // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2007. – Вип. 11, т. 2. – С. 333–336.

17. Фізична реабілітація : анот. бібліогр. покажч. / Ірина Свістельник. – Київ : Кондор, 2012. – 1162 с.

18. Фізична реабілітація. Фізична терапія : анот. бібліогр. покажч. / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2019. – 145 с.

19. Bickley LS, Szilagy PG. Bates' Guide to Physical Examination and History Taking. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins, 2003.

20. Barbano RL. Handbook of Manual Muscle Testing Neurology. 2000. – 1211 p.

21. larkson H., Gilevich G. Musculoskeletal Assessment: Joint Range of Motion and Manual Muscle Strength. – Baltimore: Williams and Wilkins, 1989. – 366 p.

22. Improving Functional Outcomes in Physical Rehabilitation, Second Edition, Susan B. O'Sullivan, Thomas J. Schmitz, 2016. – 384 p.

23. International classification of functioning, disability and health: ICF. Geneva, World Health Organization, 2001. – 300 p.

24. Physical Rehabilitation, Evidence-Based Examination, Evaluation, and Intervention, Michelle H. Cameron, , Linda G. Monroe, 2007. - 1120 pages

25. Kendal F., McCreary E. Muscle Testing and Function. – 4th. – Baltimore: Williams and Wilkins, 1993.

26. Kalternborn FM. Manual Mobilization of the Joints, Volum 1: The Extremities. 5 th ed. Minneapolis: OPTP, 1999. – 287 p.

27. Soderberg GL. Handheld dynamometry for muscle testing. In Reese NB editor. Muscle and Sensory Testing, ed 2. St. Louis: Elsevier Saunders; 2005. – 473 p.

28. Stratford PW, Balsor BE. A comparison of make and break tests using a hand-held dynamometer and the Kin-Com. The Journal of Orthopaedic and Sports Physical Therapy.1994;(19):28.

Інформаційні ресурси інтернет:

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/>

3. Мазепа М. Тестування функцій кисті у хворих на системну склеродермію / Марія Мазепа, Оксана Тиравська, Орест Малков // Спортивна наука України. – 2018. – № 2(84). – С. 29–35. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/15937>

4. Фізична реабілітація у фізичному вихованні та спорті : анот. бібліогр. показч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 66 с. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/2468>

5. Guidelines to Physical Therapist Practice [Internet]. APTA. Available from: <https://www.scribd.com/doc/220740281/Guidelines-to-Physical-Therapist-Practice-APTA-1>

6. International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) World Health Organization [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.who.int/classifications/icf/en/>

7. «Up and go» [Electronic resource]. – Access mode: [https://www.physio-pedia.com/Timed Up and Go Test \(TUG\)](https://www.physio-pedia.com/Timed_Up_and_Go_Test_(TUG))