

Індивідуальне завдання

Індивідуальне завдання підлягає захисту студентом на заняттях, які призначаються додатково. Індивідуальне завдання може бути виконане у різних формах. Зокрема, студенти можуть зробити його у вигляді реферату.

Реферат повинен мати обсяг від 18 до 24 сторінок А4 тексту (кегель Times New Roman, шрифт 14, інтервал 1,5), включати план, структуру основної частини тексту відповідно до плану, висновки і список літератури, складений б відповідно до ДСТУ 8302:2015. В рефераті можна також помістити словник базових понять до теми.

Водночас, індивідуальне завдання може бути виконане в інших формах, наприклад, у вигляді дидактичного проєкту, у формі презентації у форматі Power Point. В цьому разі обсяг роботи визначається індивідуально – залежно від теми.

Література, що рекомендується для виконання індивідуального завдання, наведена у списку рекомендованої літератури, а в електронному вигляді вона розміщена на Освітньому сайті КНУБА, на сторінці кафедри.

Також як виконання індивідуального завдання за рішенням викладача може бути зарахована участь студента у міжнародній або всеукраїнській науково-практичній конференції з публікацією у матеріалах конференції тез виступу (доповіді) на одну з тем, дотичних до змісту дисципліни, або публікація статті на одну з таких тем в інших наукових виданнях.

Текст індивідуального завдання подається викладачу не пізніше, ніж за 2 тижні до початку залікової сесії. Викладач має право вимагати від студента доопрацювання індивідуального завдання, якщо воно не відповідає встановленим вимогам.

Критерії оцінювання індивідуальної роботи

<i>Оцінка за національною шкалою</i>	<i>Кількість балів</i>	<i>Критерії</i>
	10	відмінне виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (не

відмінно		старше 2017 року), дотримання норм доброчесності)
	9	відмінне виконання з незначною кількістю помилок виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (більшість з яких не старше 2017 року), дотримання норм доброчесності)
добре	8	виконання вище середнього рівня з кількома помилками (розкриття теми в межах об'єкту та завдань роботи, посилання та цитування сучасних наукових джерел (серед яких є такі, що не старше 2017 року), дотримання норм доброчесності)
	7	виконання з певною кількістю помилок (розкриття теми в межах об'єкту та завдань роботи, наявність посилань та цитувань наукових джерел, дотримання норм доброчесності)
задовільно	6	виконання роботи задовольняє мінімальним критеріям помилок (розкриття теми в основному в межах об'єкту роботи, наявність концептуального апарату роботи, присутність не менше 5 посилань та цитувань наукових джерел, дотримання норм доброчесності)

Критерії оцінювання презентації (відповідність роботи за обсягом, формою, якістю змісту і демонстрації матеріалу).

Методичні матеріали для самостійної роботи студентів повинні передбачати можливість проведення самоконтролю з боку студента. Для самостійної роботи студенту також рекомендують відповідну наукову та фахову монографічну і періодичну літературу, електронні ресурси, у тому числі й освітній сайт Університету.

Тематика індивідуальної (реферативної) роботи

1. Внесок стародавніх учених у лікувальне застосування фізичних вправ, масажу і природних чинників.
2. Започаткування і розвиток лікувальної фізичної культури.

3. Історія лікувального застосування фізичних вправ та масажу.
4. Техніка класичного масажу.
5. Фізіологічний вплив розминання на кровообіг та м'язи.
6. Прийоми класичного масажу.
7. Основні та допоміжні прийоми розминання.
8. Основні механізми різносторонньої дії масажу на організм людини.
9. Вплив масажу на кровоносну і лімфатичну системи.
10. Основні і допоміжні прийоми масажу.
11. Вплив різних прийомів масажу на периферичну нервову систему.
12. Вплив різних прийомів масажу на центральну нервову систему.
13. Основні помилки, які можуть траплятися при виконанні основних і допоміжних прийомів масажу.
14. Масаж ділянки спини.
15. Масаж шиї.
16. Масаж передньої та бічних ділянок грудної клітки.
17. Масаж живота.
18. Масаж голови.
19. Практичні рекомендації щодо проведення масажу окремих ділянок тіла.
20. Масаж верхніх кінцівок.
21. Практичні рекомендації щодо проведення масажу верхніх кінцівок.
22. Масаж нижніх кінцівок.
23. Практичні рекомендації щодо масажу нижніх кінцівок.
24. Завдання спортивного масажу.
25. Види спортивного масажу.
26. Особливості проведення масажу в окремих видах спорту.
27. Лікувальний спортивний масаж – невід'ємна частина комплексного лікування спортивних травм і захворювань.
28. Завдання відновлювального (репаративного) масажу.
29. Послідовність, тривалість процедури та частота застосування відновлювального (репаративного) масажу в тижневому циклі тренувань.

30. Практичні рекомендації щодо застосування відновлювального (репаративного) масажу.
31. Масаж після інфаркту міокарда.
32. Масаж при стенокардії.
33. Масаж при серцевій недостатності.
34. Масаж при ішемічній хворобі серця, ВСД.
35. Масаж при гіпертонічній хворобі.
36. Масаж при артеріальній гіпотонії.
37. Масаж при хворобі Рейно.
38. Масаж при варикозному розширенні вен.
39. Масаж при облітеруючому ендартерейті.
40. Масаж при слоновості.
41. Масаж при опіках.
42. Масаж при обмороженнях.
43. Масаж при м'явих паралічах та парезах.
44. Масаж при спастичних паралічах.
45. Масаж при інсультах.
46. Масаж при невралгії потиличного нерва.
47. Масаж при невралгії лицевого та трійчастого нервів.
48. Масаж при міжреберній невралгії.
49. Масаж при ішиасі та ішиалгії.
50. Масаж при плечовому плекситі.
51. Масаж при невриті променевого, ліктювого нервів.
52. Масаж при невриті стегнового, великогомілкового, малогомілкового нервів.
53. Масаж при остеохондрозі шийного відділу хребта.
54. Масаж при остеохондрозі грудного відділу хребта.
55. Масаж при остеохондрозі попереково-крижового відділу хребта.
56. Масаж при шийно-грудному радикуліті.
57. Масаж при попереково-крижовому радикуліті.
58. Масаж при бронхіті.

59. Масаж при бронхіальній астмі.
60. Масаж при пневмонії.
61. Масаж при виразковій хворобі шлунку і дванадцятипалої кишки.
62. Масаж при хронічному гастриті, запорі.
63. Масаж при захворюваннях печінки й жовчного міхура.
64. Масаж при хронічному холециститі.
65. Масаж при порушеннях обміну речовин. Масаж при ожирінні.
66. Масаж при подагрі.
67. Масаж при цукровому діабеті.
68. Масаж при розумовому та фізичному стомленні.
69. Масаж та лікувальна гімнастика дітей першого року життя.
70. Масаж дітей дошкільного та шкільного віку.
71. Методика проведення масажу при дисплазії кульшового суглоба у дітей.
72. Методика проведення масажу при вальгусній деформації стопи у дітей.
73. Методика проведення масажу при варусній деформації стопи у дітей.