

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ОБОРОНИ УКРАЇНИ
Навчально-науковий інститут фізичної культури та спортивно-оздоровчих
технологій

Кафедра фізкультурно-спортивної реабілітації

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник кафедри
фізкультурно-спортивної реабілітації
полковник  Володимир МИХАЙЛОВ
“07” серпня 2024 року

РОБОЧА ПРОГРАМА
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ОХОРОНА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ
(код ВК 17)

Ступінь вищої освіти	бакалавр
Освітньо-професійна програма	Фізичне виховання і спорт у Збройних Силах
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
Цикл	каталог вибіркового дисциплін
Статус навчальної дисципліни	вибіркова
Форма здобуття освіти	очна (денна)
Мова навчання	українська

Київ – 2024

Робоча програма навчальної дисципліни каталогу вибіркових дисциплін розроблена для підготовки курсантів за першому (бакалаврському) рівні за освітньо-професійною програмою “Фізична виховання і спорт у Збройних Силах” за спеціальністю 017 “Фізична культура і спорт”.

Розробники програми:

полковник Володимир ФУРДИК, доцент кафедри фізкультурно-спортивної реабілітації навчально-наукового інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри фізкультурно-спортивної реабілітації.

Протокол від “07” серпня 2024 року № 2.

ВСТУП

Програма вивчення навчальної дисципліни “Охорона ментального здоров’я військовослужбовців” каталогу вибіркових дисциплін розроблена для підготовки курсантів за першому (бакалаврському) рівні за освітньо-професійною програмою “Фізична виховання і спорт у Збройних Силах” за спеціальністю 017 “Фізична культура і спорт” спеціалізацією “Фізичне виховання і спорт у Збройних Силах”.

Предметом навчальної дисципліни “Охорона ментального здоров’я військовослужбовців” є оволодіння знаннями

Міждисциплінарні зв’язки:

Питання навчальної дисципліни “Охорона ментального здоров’я військовослужбовців” відпрацьовуються у логічному зв’язку з відповідними розділами навчальних дисциплін: “Теорія і методика фізичного виховання”, “Теорія та організація фізичної підготовки військ”, “Фізична реабілітація та адаптивний спорт”.

1. Мета навчальної дисципліни

1. Метою вивчення навчальної дисципліни “Охорона ментального здоров’я військовослужбовців” є формування у курсантів знань, вмінь та навичок покращення психічного добробуту, який дозволяє військовослужбовцю справлятися зі стресом, реалізовувати здібності, навчатися та працювати, робити внесок у життя свого колективу.

2. Компетентності, які набуваються під час засвоєння навчальної дисципліни

Під час засвоєння навчальної дисципліни курсантами набуваються **компетентності:**

- здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями;
- здатність працювати в команді;
- здатність планувати та управляти часом;
- здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово;
- здатність бути критичним і самокритичним;
- здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів);
- здатність оцінювати психоемоційний стан військовослужбовця;
- здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар для фізичної та психологічної реабілітації;
- здатність до безперервного професійного розвитку;
- здатність виконувати професійну діяльність в умовах тривалих різнопланових фізичних навантажень і психічних напружень, організувати процес підготовки військовослужбовців для забезпечення їх фізичної та

психологічної готовності до виконання навчально-бойових завдань за призначенням відповідно до існуючих стандартів;
здатність надавати само- та взаємодопомогу в стресових ситуаціях.

3. Заплановані результати навчання

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми визначені та сформульовані такі **результати навчання**:

здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем;

спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування;

показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення

здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами;

використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості;

здійснювати заходи з виявлення станів у військовослужбовців пов'язаних з посттравматичним стресовим розладом та їх реабілітація за допомогою психологічних та фізичних методів та методик;

знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.

Курсант повинен бути спроможний:

надавати само та взаємодопомогу військовослужбовцям при посттравматичному стресовому розладі та гострих станах пов'язаних зі стресом;

володіти методами психологічної та фізичної реабілітації при посттравматичному стресовому розладі та гострих станах пов'язаних зі стресом.

4. Зміст навчальної дисципліни

На засвоєння навчальної дисципліни відводиться 120 годин / 4 кредити ЕКТС.

Тема 1. Робота нервової системи. Невротичні, пов'язані зі стресом та соматоформні розлади. Класифікація, клінічні прояви. Перша психологічна допомога. Бойовий стрес. Основні структури нервової системи, які беруть участь у процесах розвитку гострої реакції на стрес, ПТСР. Загальна класифікація розладів за МКХ. Основні питання психічної травми. Перша психологічна допомога на реакції під час кризової ситуації. Нормативно-правові аспекти застосування технічних засобів у фізичній

терапії, психотерапії. Бойовий стрес. Бойова стресова реакція. Бойова втома. Сучасне розуміння неврозу як чинника формування ПТСР. Типові психічні розлади. Етіологія. Клінічні прояви. Охорона психічного здоров'я в умовах війни.

Рубіжний контроль.

Тема 2. Посттравматичний стресовий розлад. Загальні поняття посттравматичного стресового розладу. Методи діагностики та оцінки ментального здоров'я. Методи комплексного лікування ментального здоров'я. Профілактичні заходи запобіганню ПТСР. ПТСР та депресія, що супроводжується ризиком суїциду або загрозою насильства по відношенню до оточуючих чи до себе, інші розлади.

Рубіжний контроль.

Тема 3. Основні етапи та методи роботи з охорони ментального здоров'я. Психологічна та фізична реабілітація військовослужбовців. Використання спортивних занять в системі реабілітації ментального здоров'я. Основні етапи та методи роботи з ПТСР у військовослужбовців в системі фізкультурно-спортивної реабілітації. Само- та взаємодопомога при ПТСР. Фізична реабілітація при ПТСР. Спортивні ігри як важливий компонент реабілітації військовослужбовців з ПТСР.

Рубіжний контроль.

Залік.

5. Рекомендована література

1. Важливі навички в періоди стресу: ілюстроване керівництво Копенгаген: Європейський регіональний офіс Всесвітньої організації охорони здоров'я; 2020
2. Діяльність психолога у ході психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України (методичні рекомендації) / Міністерство оборони України; Наук-досл. Центр гуманітар. Проблем ЗСУ: О. Г. Скрипник, А. Б. Дейко, О. В. Еверт – К. НДЦ ГП ЗС України, 2016 – 110 с
3. Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні» URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2961-15#Text>
4. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» USR <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>.
5. Колесніченко О. С. Засади бойової психологічної травматизації військовослужбовців: монографія. Х. : ФОП Бровін О. В. 2018. 488с
6. Майкова Т. В. Основні положенні та тенденції розвитку реабілітології: навч. посібник для студентів вищ. навч. закладів / Т.В. Майкова, А.В. Самошкіна. – Дніпропетровськ, 2014. – 95 с..
7. Марченко О.К. Фізична реабілітація хворих з травмами і захворюваннями нервової системи [навч. посіб.] / О.К. Марченко. – К.: Олімп. л-ра, 2006. – 196 с.
8. Методичні рекомендації щодо надання першої психологічної допомоги затверджені наказом МОЗ України № 405 від 3 березня 2022 року
9. Мурза В.П. Фізична реабілітація [навч. посіб.] / В.П. Мурза. – К.: Орлан, 2004. – 559 с. Романішин М.Я. Фізична реабілітація в спорті [навч. посіб.] / М.Я. Романішин . – Рівне.: Волинські обереги, 2007. – 368 с.
10. Організація надання невідкладної медичної допомоги у військових частинах (закладах) Збройних Сил України: методичні рекомендації / [2-е вид., перероб. і доп.] // [Автори...]. – ГВМКЦ «ГВКГ». – К., 2014. – 144 с.
11. Охорона психічного здоров'я в умовах війни / Office of The Surgeon General United States Army, Virginia, - Borden Institute – Fort Detrick, Maryland -2011. – 1067 с.
12. Перша психологічна допомога [посіб.]- опубліковано ВООЗ – Київ -2017 – 63 с
13. Сайт дистанційного навчання та електронної бібліотеки університету.
14. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу: монографія / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос; за ред. З. Г. Кісарчук. – Київ: Видавничий Дім «Слово», 2020. -178 с
15. Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої) та третинної допомоги медичної допомоги реакція на важкий стрес та розлади адаптації Посттравматичний стресовий розлад – затверджений Наказом Міністра охорони здоров'я №121 від 23.02.2016

16. Язловицький В.С. Основи фізичної реабілітації [навч. посіб.] / В.С. Язловицький, Г.С. Верич, В.М. Мухін, А.Л. Тургак. – Кіровоград.: РВВ КДПУ імені В. Вінніченка, 2004. – 238 с.

17. Rehabilitation After Traumatic Brain Injury
<https://www.hopkinsmedicine.org/health/treatment-tests-and-therapies/rehabilitation-after-traumatic-brain-injury>

18. Rehabilitation Management for Rheumatoid Arthritis Patients
<https://www.hopkinsarthritis.org/patient-corner/disease-management/rehabilitation-management-rheumatoid-arthritis-patients/>

19. Rehabilitation of spinal cord injuries
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4303793/>

20. Rehabilitation of spinal cord injuries
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4303793/>

21. Rehabilitation of the burn patient
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3038404/>

22. Spinal cord injury rehabilitation <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/spinal-cord-injury-rehabilitation/about/pac-20395044>

6. Критерії оцінювання знань

Діагностика успішності навчання курсантів здійснюється відповідно до рейтингової системи оцінювання з навчальної дисципліни та формується як сума всіх рейтингових балів курсанта отриманих під час здійснення поточного, підсумкового видів контролю та виконання індивідуальних завдань: за відповіді на семінарських заняттях, виконання завдань на практичному занятті, виконання індивідуальних завдань, складання заліку.

Для визначення оцінки за шкалою ЄКТС та національною шкалою рейтингова оцінка (в балах) навчальної дисципліни (R) переводиться згідно з таблицею:

Значення R	Оцінка за національною шкалою
90 – 100	“відмінно”
80 – 89	“дуже добре”
65 – 79	“добре”
55 – 64	“задовільно”
50 – 54	“достатньо”
1 – 49	“незадовільно” з можливістю повторного складання

Критерії оцінювання за навчальну дисципліну визначаються у робочій програмі навчальної дисципліни.

7. Форми та засоби діагностики успішності навчання

Протягом навчання проводяться такі види контролю: вхідний, поточний, самоконтроль, підсумковий.

Вхідний контроль проводиться на початку навчання з метою визначення рівня теоретичних знань, організаційно-методичних навичок та вмінь слухачів у формі тестового завдання.

Поточний контроль проводиться під час всіх видів занять у формі: контрольних опитувань, співбесід з окремих питань. Засоби поточного контролю: тестові завдання, виступи на семінарах, круглих столах, виконання індивідуальних завдань.

Самоконтроль передбачає усвідомлену діяльність курсантів з аналізу та оцінки власної поведінки з метою забезпечення таких результатів цієї діяльності, які відповідали б поставленим цілям, нормам, правилам, зразкам. Основу самоконтролю складає усвідомлення правильності операцій і дій, підготовка плану відповідей, переказ основних думок, робота з контрольними запитаннями, контроль з боку викладача, самооцінка.

Підсумковий контроль за навчальну дисципліну проводиться у формі заліку та включає в себе перевірку рівня теоретичних знань, організаційно-методичних умінь та навичок. Оцінювання якості засвоєння курсантами навчального матеріалу, що вивчається здійснюється протягом першого року навчання за результатами складання заліку.

Засобами діагностики успішності навчання з навчальної дисципліни виступають:

- контрольні питання до семінарських та практичних занять;
- завдання для поточного контролю;
- перелік питань теоретичного опитування та письмової перевірки;
- практичне завдання;

білети (тести) до заліку, варіанти яких визначаються у робочій програмі навчальної дисципліни.

Начальник кафедри фізкультурно-спортивної реабілітації

полковник

“07” серпня 2024 року



Володимир МИХАЙЛОВ