

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ**  
**ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Факультет Медичний

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини та фізичного виховання

**ЗАТВЕРДЖУЮ**



Проректор з науково-педагогічної роботи

Едуард Бурячківський

04 вересня 2023 року

**МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА**  
**ДО СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ**  
**З ДИСЦИПЛІНИ**

Факультет Медичний, V курс

Навчальна дисципліна «Кінезіотейпування в медицині та спорті»

**Затверджено:**

Засіданням кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини та фізичного виховання

Одеського національного медичного університету

Протокол № 1 від 04.09.2023 р.

Завідувач кафедри д.м.н., професор



Ольга Юшковська

**Розробники:**

завідувач кафедри, д.м.н., професор Юшковська О.Г.,

професор, д.мед.н., професор Плакіда О.Л.,

доцент, к.мед.н., Філоненко О.В.

## Семінарське заняття № 1

**Тема:** Історія кінезіотейпування в спортивній та реабілітаційній практиці. Поняття тейпування та кінезіотейпування. Показання та протипоказання.

**Мета:** Формування поняття кінезіотейпування та можливостей застосування останнього в різних сферах діяльності

**Основні поняття:** кінезіотейпування, тейпування, тейпи, кінезіотейп

**Обладнання:** мультимедійний проектор, екран

**План:**

1. Організаційні заходи: привітання, перевірка присутніх, вступ в тему
2. Контроль рівня знань: письмова робота або усне завдання
3. Питання для перевірки базових знань  
Історія виникнення кінезіотейпування  
Історія розроблення протоколів кінезіотейпування: від думки до реалізації  
Відмінність тейпування та кінезіотейпування  
Основні показання до кінезіотейпування  
Основні протипоказання до кінезіотейпування
4. Обговорення теоретичних питань
5. Теми доповідей/рефератів:  
Особливості життя і роботи Кензо Касе
6. Підсумки заняття:  
Оголошення оцінок здобувачам та обґрунтування останніх відповідно до критеріїв оцінювання знань. Оприлюднення теми наступного заняття та завдань для підготовки.
7. Список рекомендованої літератури:  
Основна:
  1. Основа кінезіотейпування [Текст] : навч. посіб. для студентів, які навчаються за спец. 227 "Фізична терапія, ерготерапія" спеціалізації "Фізична терапія" / О. О. Глиняна, Ю. В. Копчинська ; КПП ім. Ігоря Сікорського. - Вінниця : Твори , 2020. - 142 с. : рис., табл. - Бібліогр.: с. 140-141.Додаткова:
  1. Is Kinesio Taping Effective for Sport Performance and Ankle Function of Athletes with Chronic Ankle Instability (CAI)? A Systematic Review and Meta-Analysis. Biz C, et al. Medicine (Kaunas). 2022. PMID: 34397403
  2. Evaluation of short-term and residual effects of Kinesio taping in chronic lateral epicondylitis: A randomized, double-blinded, controlled trial. Balevi ISY, Karaoglan B, Batur EB, Acet N. J Hand Ther. 2023 Jan-Mar;36(1):13-22. doi: 10.1016/j.jht.2021.09.001. Epub 2021 Nov 1. PMID: 34736818
  3. Kinesio taping reduces elbow pain during resisted wrist extension in patients with chronic lateral epicondylitis: a randomized, double-blinded, cross-over study. Cho YT, Hsu WY, Lin LF, Lin YN. BMC Musculoskelet Disord. 2018 Jun 19;19(1):193. doi: 10.1186/s12891-018-2118-3. PMID: 29921250
  4. The effectiveness of Kinesio Taping in improving pain and edema during early rehabilitation after Anterior Cruciate Ligament Reconstruction: A Prospective, Randomized, Control Study. Labianca L, et al. Acta Biomed. 2022. PMID: 35483568
  5. Short-Term Effects of the Kinesio Taping® on Early Postoperative Hip Muscle Weakness in Male Patients with Hamstring Autograft or Allograft Anterior Cruciate

Ligament Reconstruction. Balki S, Göktas HE. J Sport Rehabil. 2019 May 1;28(4):311-317. doi: 10.1123/jsr.2017-0219. Epub 2018 Dec 12. PMID: 29252113

6. Kinesio taping as a treatment method in the acute phase of ACL reconstruction: A double-blind, placebo-controlled study. Balki S, Göktas HE, Öztemur Z. Acta Orthop Traumatol Turc. 2016 Dec;50(6):628-634. doi: 10.1016/j.aott.2016.03.005. Epub 2016 Oct 24. PMID: 27784622

## Семінарське заняття № 2

**Тема:** Кінезіотейп: основні характеристики, особливості кінезіотейпів різних виробників.

**Мета:** Формування поняття кінезіотейп та можливостей застосування останнього в різних сферах діяльності

**Основні поняття:** кінезіотейпування, кінезіотейп

**Обладнання:** мультимедійний проектор, екран

**План:**

1. Організаційні заходи: привітання, перевірка присутніх, вступ в тему
2. Контроль рівня знань: письмова робота або усне завдання
3. Питання для перевірки базових знань  
Відмінність кінезіотейпу від інших засобів тейпування  
Підходи до кінезіотейпування в залежності від школи кінезіотейпування  
Підходи до кінезіотейпування в залежності від завдань останнього  
Підходи до кінезіотейпування в залежності від зони тейпування та антропометричних особливостей
4. Обговорення теоретичних питань
5. Теми доповідей/рефератів:  
Відмінність кінезіотейпів різних виробників  
Можливості комбінацій кінезіотейпів різних виробників
6. Підсумки заняття:  
Оголошення оцінок здобувачам та обґрунтування останніх відповідно до критеріїв оцінювання знань. Оприлюднення теми наступного заняття та завдань для підготовки.
7. Список рекомендованої літератури:  
Основна:
  1. Основа кінезіотейпування [Текст] : навч. посіб. для студентів, які навчаються за спец. 227 "Фізична терапія, ерготерапія" спеціалізації "Фізична терапія" / О. О. Глиняна, Ю. В. Копчинська ; КНІ ім. Ігоря Сікорського. - Вінниця : Твори , 2020. - 142 с. : рис., табл. - Бібліогр.: с. 140-141.Додаткова:
  1. Is Kinesio Taping Effective for Sport Performance and Ankle Function of Athletes with Chronic Ankle Instability (CAI)? A Systematic Review and Meta-Analysis. Biz C, et al. Medicina (Kaunas). 2022. PMID: 34397403
  2. Evaluation of short-term and residual effects of Kinesio taping in chronic lateral epicondylitis: A randomized, double-blinded, controlled trial. Balevi ISY, Karaoglan B, Batur EB, Acet N. J Hand Ther. 2023 Jan-Mar;36(1):13-22. doi: 10.1016/j.jht.2021.09.001. Epub 2021 Nov 1. PMID: 34736818
  3. Kinesio taping reduces elbow pain during resisted wrist extension in patients with chronic lateral epicondylitis: a randomized, double-blinded, cross-over study. Cho YT, Hsu WY, Lin LF, Lin YN. BMC Musculoskelet Disord. 2018 Jun 19;19(1):193. doi: 10.1186/s12891-018-2118-3. PMID: 29921250
  4. The effectiveness of Kinesio Taping in improving pain and edema during early rehabilitation after Anterior Cruciate Ligament Reconstruction: A Prospective, Randomized, Control Study. Labianca L, et al. Acta Biomed. 2022. PMID: 35483568

5. Short-Term Effects of the Kinesio Taping® on Early Postoperative Hip Muscle Weakness in Male Patients With Hamstring Autograft or Allograft Anterior Cruciate Ligament Reconstruction. Balki S, Göktas HE. *J Sport Rehabil.* 2019 May 1;28(4):311-317. doi: 10.1123/jsr.2017-0219. Epub 2018 Dec 12. PMID: 29252113
6. Kinesio taping as a treatment method in the acute phase of ACL reconstruction: A double-blind, placebo-controlled study. Balki S, Gökteş HE, Öztemur Z. *Acta Orthop Traumatol Turc.* 2016 Dec;50(6):628-634. doi: 10.1016/j.aott.2016.03.005. Epub 2016 Oct 24. PMID: 27784622

## Семінарське заняття № 3

**Тема:** Вспоміжні засоби, що застосовуються при кінезіотейпуванні.  
Біомеханічні тейпи: особливості.

**Мета:** Опанування методики кінезіотейпування та засвоєння варіантів застосування допоміжних засобів різних виробників реабілітації

**Основні поняття:** кінезіотейпування, кінезіотейп, біомеханічне кінезіотейпування

**Обладнання:** мультимедійний проектор, екран

### План:

1. Організаційні заходи: привітання, перевірка присутніх, вступ в тему
2. Контроль рівня знань: письмова робота або усне завдання
3. Питання для перевірки базових знань  
Допоміжні засоби при кінезіотейпуванні  
Можливості застосування допоміжних засобів в залежності від мети кінезіотейпування  
Поняття «біомеханічне кінезіотейпування»  
Поняття «біомеханічний кінезіотейп»  
Відмінність біомеханічного кінезіотейпування від інших методик
4. Обговорення теоретичних питань
5. Теми доповідей/рефератів:  
Ефективність різних методів кінезіотейпування в залежності від профілю пацієнта  
Доповідь за індивідуальним завданням (клінічний випадок)
6. Підсумки заняття:  
Оголошення оцінок здобувачам та обґрунтування останніх відповідно до критеріїв оцінювання знань. Оприлюднення теми наступного заняття та завдань для підготовки.
7. Список рекомендованої літератури:  
Основна:
  1. Основи кінезіотейпування [Текст] : навч. посіб. 227 "Фізична терапія, ерготерапія" спеціалізації "Фізична терапія" / О. О. Глиняна, Ю. В. Копочинська ; КПІ ім. Ігоря Сікорського. - Вінниця : Твори , 2020. - 142 с. : рис., табл. - Бібліогр.: с. 140-141.Додаткова:
  1. Is Kinesio Taping Effective for Sport Performance and Ankle Function of Athletes with Chronic Ankle Instability (CAI)? A Systematic Review and Meta-Analysis. Biz C, et al. Medicine (Kaunas). 2022. PMID: 34397403
  2. Evaluation of short-term and residual effects of Kinesio taping in chronic lateral epicondylitis: A randomized, double-blinded, controlled trial. Balevi ISY, Karaoglan B, Batur EB, Acet N. J Hand Ther. 2023 Jan-Mar;36(1):13-22. doi: 10.1016/j.jht.2021.09.001. Epub 2021 Nov 1. PMID: 34736818
  3. Kinesio taping reduces elbow pain during resisted wrist extension in patients with chronic lateral epicondylitis: a randomized, double-blinded, cross-over study. Cho YT, Hsu WY, Lin LF, Lin YN. BMC Musculoskelet Disord. 2018 Jun 19;19(1):193. doi: 10.1186/s12891-018-2118-3. PMID: 29921250

4. The effectiveness of Kinesio Taping in improving pain and edema during early rehabilitation after Anterior Cruciate Ligament Reconstruction: A Prospective, Randomized, Control Study. Labianca L, et al. *Acta Biomed.* 2022. PMID: 35483568
5. Short-Term Effects of the Kinesio Taping® on Early Postoperative Hip Muscle Weakness in Male Patients With Hamstring Autograft or Allograft Anterior Cruciate Ligament Reconstruction. Balki S, Göktas HE. *J Sport Rehabil.* 2019 May 1;28(4):311-317. doi: 10.1123/jsr.2017-0219. Epub 2018 Dec 12. PMID: 29252113
6. Kinesio taping as a treatment method in the acute phase of ACL reconstruction: A double-blind, placebo-controlled study. Balki S, Göktaş HE, Öztemur Z. *Acta Orthop Traumatol Turc.* 2016 Dec;50(6):628-634. doi: 10.1016/j.aott.2016.03.005. Epub 2016 Oct 24. PMID: 2778462



## Семінарське заняття № 4

**Тема:** Фізіологічне обґрунтування дії кінезіотейпів.

**Мета:** Формування розуміння впливу кінезіотейпування на організм у цілому та локальну ділянку

**Основні поняття:** рецепторний апарат, лімфатична система, нервово-м'язовий зв'язок, нервово-м'язова регуляція, рефлекторна дуга, опорно-руховий апарат

**Обладнання:** мультимедійний проектор, екран

### План:

1. Організаційні заходи: привітання, перевірка присутніх, вступ в тему
2. Контроль рівня знань: письмова робота або усне завдання
3. Питання для перевірки базових знань  
Анатомія і фізіологія нервової системи  
Анатомія і фізіологія опорно-рухового апарату  
Шкіряні реакції на нанесення кінезіотейпу
4. Обговорення теоретичних питань
5. Теми доповідей/рефератів:  
Доповідь за індивідуальним завданням (клінічний випадок)
6. Підсумки заняття:  
Оголошення оцінок здобувачам та обґрунтування останніх відповідно до критеріїв оцінювання знань. Оприлюднення теми наступного заняття та завдань для підготовки.
7. Список рекомендованої літератури:

### Основна:

1. Основи кінезіотейпування [Текст] : навч. посіб. 227 "Фізична терапія, ерготерапія" спеціалізації "Фізична терапія" / О. О. Глиняна, Ю. В. Копочинська ; КПІ ім. Ігоря Сікорського. - Вінниця : Твори , 2020. - 142 с. : рис., табл. - Бібліогр.: с. 140-141.

### Додаткова:

1. Is Kinesio Taping Effective for Sport Performance and Ankle Function of Athletes with Chronic Ankle Instability (CAI)? A Systematic Review and Meta-Analysis. Biz C, et al. Medicina (Kaunas). 2022. PMID: 34397403
2. Evaluation of short-term and residual effects of Kinesio taping in chronic lateral epicondylitis: A randomized, double-blinded, controlled trial. Balevi ISY, Karaoglan B, Batur EB, Acet N. J Hand Ther. 2023 Jan-Mar;36(1):13-22. doi: 10.1016/j.jht.2021.09.001. Epub 2021 Nov 1. PMID: 34736818
3. Kinesio taping reduces elbow pain during resisted wrist extension in patients with chronic lateral epicondylitis: a randomized, double-blinded, cross-over study. Cho YT, Hsu WY, Lin LF, Lin YN. BMC Musculoskelet Disord. 2018 Jun 19;19(1):193. doi: 10.1186/s12891-018-2118-3. PMID: 29921250
4. The effectiveness of Kinesio Taping in improving pain and edema during early rehabilitation after Anterior Cruciate Ligament Reconstruction: A Prospective, Randomized, Control Study. Labianca L, et al. Acta Biomed. 2022. PMID: 35483568
5. Short-Term Effects of the Kinesio Taping® on Early Postoperative Hip Muscle Weakness in Male Patients With Hamstring Autograft or Allograft Anterior Cruciate Ligament Reconstruction.

Balki S, Göktas HE. J Sport Rehabil. 2019 May 1;28(4):311-317. doi: 10.1123/jsr.2017-0219. Epub 2018 Dec 12. PMID: 29252113

6. Kinesio taping as a treatment method in the acute phase of ACL reconstruction: A double-blind, placebo-controlled study. Balki S, Göktas HE, Öztemur Z. Acta Orthop Traumatol Turc. 2016 Dec;50(6):628-634. doi: 10.1016/j.aott.2016.03.005. Epub 2016 Oct 24. PMID: 27784622

## Семінарське заняття № 5

**Тема:** Основні підходи до кінезіотейпування.

**Мета:** Опанування здобувачем вищої освіти знань і формування елементів професійних компетентностей з кінезіотейпування

**Основні поняття:** кінезіотейпування, кінезіотейп

**Обладнання:** мультимедійний проектор, екран

**План:**

1. Організаційні заходи: привітання, перевірка присутніх, вступ в тему
2. Контроль рівня знань: письмова робота або усне завдання
3. Питання для перевірки базових знань  
Типи кінезіотейпування в залежності від завдання  
Дренуюче кінезіотейпування  
Стабілізаційне кінезіотейпування  
Локальне кінезіотейпування  
Функціональне кінезіотейпування
4. Обговорення теоретичних питань
5. Теми доповідей/рефератів:  
Оцінка функціонального стану опорно-рухового апарату перед функціональним кінезіотейпування за різними методиками  
Особливості функціонального кінезіотейпування  
Види аплікацій різних локалізацій  
Види аплікацій в залежності від завдання
6. Підсумки заняття:  
Оголошення оцінок здобувачам та обґрунтування останніх відповідно до критеріїв оцінювання знань. Оприлюднення теми наступного заняття та завдань для підготовки.
7. Список рекомендованої літератури:  
Основна:
  1. Основи кінезіотейпування [Текст] : навч. посіб. 227 "Фізична терапія, ерготерапія" спеціалізації "Фізична терапія" / О. О. Глиняна, Ю. В. Копочинська ; КПІ ім. Ігоря Сікорського. - Вінниця : Твори , 2020. - 142 с. : рис., табл. - Бібліогр.: с. 140-141.Додаткова:
  1. Is Kinesio Taping Effective for Sport Performance and Ankle Function of Athletes with Chronic Ankle Instability (CAI)? A Systematic Review and Meta-Analysis. Biz C, et al. Medicina (Kaunas). 2022. PMID: 34397403
  2. Evaluation of short-term and residual effects of Kinesio taping in chronic lateral epicondylitis: A randomized, double-blinded, controlled trial. Balevi ISY, Karaoglan B, Batur EB, Acet N. J Hand Ther. 2023 Jan-Mar;36(1):13-22. doi: 10.1016/j.jht.2021.09.001. Epub 2021 Nov 1. PMID: 34736818
  3. Kinesio taping reduces elbow pain during resisted wrist extension in patients with chronic lateral epicondylitis: a randomized, double-blinded, cross-over study. Cho YT, Hsu WY, Lin LF, Lin YN. BMC Musculoskelet Disord. 2018 Jun 19;19(1):193. doi: 10.1186/s12891-018-2118-3. PMID: 29921250

4. The effectiveness of Kinesio Taping in improving pain and edema during early rehabilitation after Anterior Cruciate Ligament Reconstruction: A Prospective, Randomized, Control Study. Labianca L, et al. *Acta Biomed.* 2022. PMID: 35483568
5. Short-Term Effects of the Kinesio Taping® on Early Postoperative Hip Muscle Weakness in Male Patients With Hamstring Autograft or Allograft Anterior Cruciate Ligament Reconstruction.  
Balki S, Göktas HE. *J Sport Rehabil.* 2019 May 1;28(4):311-317. doi: 10.1123/jsr.2017-0219. Epub 2018 Dec 12. PMID: 29252113
6. Kinesio taping as a treatment method in the acute phase of ACL reconstruction: A double-blind, placebo-controlled study. Balki S, Göktas HE, Öztemur Z. *Acta Orthop Traumatol Turc.* 2016 Dec;50(6):628-634. doi: 10.1016/j.aott.2016.03.005. Epub 2016 Oct 24. PMID: 2778462

## Семінарське заняття № 6

**Тема:** Особливості кінезіотейпування в залежності від мети процедури. Застосування кінезіотейпування в спортивній медицині, реабілітації, б'юті-індустрії.

**Мета:** Опанування здобувачем вищої освіти знань і формування елементів професійних компетентностей з кінезіотейпування

**Основні поняття:** кінезіотейпування, кінезіотейп

**Обладнання:** мультимедійний проектор, екран

**План:**

1. Організаційні заходи: привітання, перевірка присутніх, вступ в тему
2. Контроль рівня знань: письмова робота або усне завдання
3. Питання для перевірки базових знань
  - Особливості кінезіотейпування в спортивній медицині
  - Особливості кінезіотейпування при реабілітації пацієнтів різного профілю
  - Особливості кінезіотейпування в б'юті-індустрії
  - Особливості домашньої опіки дітей різного віку
4. Обговорення теоретичних питань
5. Теми доповідей/рефератів:
  - Доповідь за індивідуальним завданням (клінічний випадок)
6. Підсумки заняття:
  - Оголошення оцінок здобувачам та обґрунтування останніх відповідно до критеріїв оцінювання знань. Оприлюднення теми наступного заняття та завдань для підготовки.
7. Список рекомендованої літератури:

**Основна:**

1. Основа кінезіотейпування [Текст] : навч. посіб. 227 "Фізична терапія, ерготерапія" спеціалізації "Фізична терапія" / О. О. Глиняна, Ю. В. Копочинська ; КПІ ім. Ігоря Сікорського. - Вінниця : Твори , 2020. - 142 с. : рис., табл. - Бібліогр.: с. 140-141.

**Додаткова:**

1. Is Kinesio Taping Effective for Sport Performance and Ankle Function of Athletes with Chronic Ankle Instability (CAI)? A Systematic Review and Meta-Analysis. Biz C, et al. Medicina (Kaunas). 2022. PMID: 34397403
2. Evaluation of short-term and residual effects of Kinesio taping in chronic lateral epicondylitis: A randomized, double-blinded, controlled trial. Balevi ISY, Karaoglan B, Batur EB, Acet N. J Hand Ther. 2023 Jan-Mar;36(1):13-22. doi: 10.1016/j.jht.2021.09.001. Epub 2021 Nov 1. PMID: 34736818
3. Kinesio taping reduces elbow pain during resisted wrist extension in patients with chronic lateral epicondylitis: a randomized, double-blinded, cross-over study. Cho YT, Hsu WY, Lin LF, Lin YN. BMC Musculoskelet Disord. 2018 Jun 19;19(1):193. doi: 10.1186/s12891-018-2118-3. PMID: 29921250
4. The effectiveness of Kinesio Taping in improving pain and edema during early rehabilitation after Anterior Cruciate Ligament Reconstruction: A Prospective, Randomized, Control Study. Labianca L, et al. Acta Biomed. 2022. PMID: 35483568
5. Short-Term Effects of the Kinesio Taping® on Early Postoperative Hip Muscle Weakness in Male Patients With Hamstring Autograft or Allograft Anterior Cruciate

Ligament Reconstruction. Balki S, Göktas HE. J Sport Rehabil. 2019 May 1;28(4):311-317. doi: 10.1123/jsr.2017-0219. Epub 2018 Dec 12. PMID: 29252113

6. Kinesio taping as a treatment method in the acute phase of ACL reconstruction: A double-blind, placebo-controlled study. Balki S, Göktas HE, Öztemur Z. Acta Orthop Traumatol Turc. 2016 Dec;50(6):628-634. doi: 10.1016/j.aott.2016.03.005. Epub 2016 Oct 24. PMID: 27784622