

ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД  
«УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ  
Кафедра фізичної реабілітації



«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Проректор з наукової роботи

/ Студеняк І.П./

*серпень* 2020 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

## Травматизм у юних спортсменів: профілактика та реабілітація

Рівень вищої освіти:	третій рівень (доктор філософії)
Галузь знань:	22 Охорона здоров'я
Спеціальність:	227 Фізична терапія, ерготерапія
Освітня програма:	227 «Фізична терапія, ерготерапія»
Статус дисципліни:	вибіркова
Мова навчання:	українська

Ужгород 2020

**Робоча програма навчальної дисципліни «Травматизм у юних спортсменів: профілактика та реабілітація»** для здобувачів ступеня вищої освіти доктор філософії галузі знань 22 Охорона здоров'я спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія, освітньої програми **227 «Фізична терапія, ерготерапія»**.

**Розробники: Філак Я. Ф.** – канд. наук з фізичного виховання і спорту, доцент

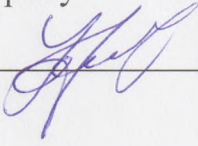
Робочу програму розглянуто та затверджено на засіданні **кафедри фізичної реабілітації**

Протокол № 1 від 28 серпня 2020 року

Завідувач кафедри фізичної реабілітації  (Філак Я. Ф.)

Схвалено науково-методичною комісією факультету здоров'я та фізичного виховання

Протокол № 9 від 28 серпня 2020 року

Голова науково-методичної комісії  (Ф. Г. Філак)

## 1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Розподіл годин за навчальним планом	
	Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Кількість кредитів ЄКТС – <b>7</b>	Рік підготовки:	
Загальна кількість годин – <b>210</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	Семестр:	
	<b>1 – 2 й</b>	<b>1 – 2 й</b>
	Лекції:	
Тижневих годин для денної форми навчання: <b>4</b>	<b>44</b>	<b>16</b>
аудиторних – <b>84</b>	Практичні (семінарські):	
самостійної роботи аспіранта – <b>126</b>	<b>40</b>	<b>8</b>
	Лабораторні:	
	-	-
Вид підсумкового контролю: <b>залік, іспит</b>	Самостійна робота:	
	<b>126</b>	<b>186</b>

## 2. МЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Метою вивчення навчальної дисципліни «Травматизм у юних спортсменів: профілактика та реабілітація» є підготовка фахівців напряму 227 «Фізична терапія, ерготерапія» за освітньо-науковим кваліфікаційним рівнем доктор філософії відповідно до освітньо-наукової програми підготовки спеціалістів вищезазначеного фахового спрямування. Ознайомлення аспірантів з особливостями Формування у аспірантів знань про поширеність і ступінь серйозності спортивних травм у дитячому віці, профілактику травм в спорті, спортивний травматизм та його механізми виникнення, основні принципи надання першої допомоги при спортивних травмах. Вивчення основних засобів, методів та технологій фізичної реабілітації, а також специфіки спортивної діяльності, яка обумовлює травмованість та захворюваність спортсменів високої кваліфікації. Можливість успішного відновлення здоров'я юних спортсменів після перенесених спортивних травм та захворювань.**

*Відповідно до освітньої програми, вивчення дисципліни сприяє формуванню у здобувачів вищої освіти таких компетентностей:*

### **Загальних:**

1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу, синтезу та оцінки сучасних наукових досягнень, генерування нових знань при вирішенні дослідницьких і практичних завдань (ЗК-1)
2. Навички використання новітніх інформаційних і комунікаційних технологій (ЗК-2)
3. Здатність проведення самостійних досліджень на сучасному рівні (ЗК-3)
4. Здатність до пошуку, обробки на аналізу інформації з різних джерел (ЗК-4)
5. Здатність представляти наукові результати та вести наукову дискусію державною та іноземною мовою в усній та письмовій формі, володіння науковою термінологією. Здатність генерувати нові ідеї (креативність) (ЗК-5)
6. Здатність працювати в міжнародному науковому просторі (ЗК-6)
7. Здатність розробляти та управляти науковими проектами та провадити освітню діяльність (ЗК-7)
8. Здатність планувати та здійснювати особистий та професійний розвиток (ЗК-8)
9. Здатність до роботи в команді, вміння мотивувати інших у просуванні до спільної мети (ЗК-9)

### **Фахових (спеціальних) компетентностей:**

1. Здатність володіти сучасними методами збору інформації для наукового дослідження у фізичній терапії, ерготерапії виокремлення первинних і вторинних джерел, використання технологій (ФК -1)
2. Здатність застосовувати знання, набуті під час попередніх фундаментальних та прикладних досліджень, у комплексному аналізі явищ і процесів, що виникають у фізичній терапії, ерготерапії в Україні та інших країнах (ФК-3)
3. Здатність до використання традиційних та новітніх інформаційно-комунікаційних технологій і сучасного наукового обладнання у фізичній терапії (ФК-4)
4. Здатність аналізувати отриману наукову інформацію, з метою прогнозування змін, що відбудуться у результаті проведення заходів фізичної терапії, планувати наукові дослідження (ФК-5)
5. Здатність виконувати оригінальні дослідження в фізичній терапії різних груп населення та досягати наукових результатів, які створюють нові знання, із звертанням особливої уваги до актуальних проблем та використання новітніх наукових методів (ФК-6)
6. Здатність розуміти та пояснювати патологічні процеси, які піддаються корекції заходами фізичної терапії, аналізувати особливості впровадження реабілітаційних технологій в процес

відновлення функцій, активності та участі в осіб різних вікових, професійних та нозологічних груп (ФК –7)

7. Готовність брати участь у роботі українських і міжнародних дослідницьких колективів для вирішення наукових і науково-освітніх завдань у фізичній терапії (ФК-8)

8. Здатність формулювати дослідницькі питання та розробляти складні дослідницькі проекти на основі проблем, що виникають у практичній професійній діяльності ерготерапевта (ФК- 9)

9. Здатність пропонувати теоретичне обґрунтування практичних підходів ерготерапії, та розробляти нові моделі, процедури та підходи для ерготерапевтичної практики (ФК- 10)

10. Здатність проводити аналіз результатів наукових досліджень і використовувати їх в науковій, освітній та практичній діяльності та відстоювати їх в наукових дискусіях (ФК- 13)

11. Здатність презентувати результати досліджень на національному та міжнародному рівні (ФК- 14)

### 3. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Передумовами вивчення навчальної дисципліни «Травматизм у юних спортсменів: профілактика та реабілітація» є опанування таких навчальних дисциплін (НД) освітньо-наукової програми (ОНП):

НД 1.1.8 «Анатомія людини»;

НД 2.1.6 «Діагностика і моніторинг стану здоров'я»;

НД 2.2.1 «Організація мультидисциплінарної командної роботи»;

НД 2.1.16 «Основи фізичної терапії».

НД 2.1.14 «Фізична реабілітація в педіатрії»;

НД 2.2.5 «Фізична реабілітація при хірургічних захворюваннях»;

НД 1.3.3. «Сучасні технології здоров'язбереження».

### 4. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Відповідно до ОП вивчення навчальної дисципліни повинно забезпечити досягнення здобувачами вищої освіти таких програмних *результатів навчання (ПРН)*:

Програмні результати навчання	Шифр ПРН
Сучасні передові концептуальні та методологічні знання в галузі фізичної терапії, ерготерапії та суміжних галузей знань.	ПРН 1.1.
Фундаментальні праці провідних зарубіжних вчених та наукових шкіл у галузі дослідження.	ПРН 1.2.
Формулювати мету власного наукового дослідження в контексті світового наукового процесу, усвідомлювати його актуальність і значення для розвитку інших галузей науки, суспільно-політичного, економічного життя.	ПРН 2.1.
Формулювати загальну методологічну базу власного наукового дослідження.	ПРН 2.2.
Проводити комплексні дослідження в галузі науково-дослідницької та інноваційної діяльності, які приводять до отримання нових знань.	ПРН 2.3.
Формулювати наукову проблему з огляду на стан її наукової розробки та сучасні наукові тенденції.	ПРН 2.5.
Формулювати робочі гіпотези та моделі досліджуваної проблеми.	ПРН 2.6.
Аналізувати наукові праці в галузі фізичної терапії, ерготерапії, виявляючи дискусійні та мало досліджені питання.	ПРН 2.7.

Здійснювати моніторинг наукових джерел інформації відносно досліджуваної проблеми.	ПРН 2.8.
Визначати принципи та методи дослідження, використовуючи міждисциплінарні підходи.	ПРН 2.10.

<b>Очікувані результати навчання з дисципліни</b>	<b>Шифр ПРН</b>
<b>Знати:</b> вікові анатомо-фізіологічних особливостей опорно-рухового апарату у дітей, які займаються спортом. Причини виникнення, клінічні прояви методи діагностики захворювання і травм у юних спортсменів. Механізм дії і клініко-фізіологічне обґрунтування застосування засобів фізичної терапії. Набути професійних знань з фізичної терапії щодо надання допомоги різної вікової категорії спортсменів з травмами у обраному виді спорту Покази та протипоказання до використання засобів і методів фізичної реабілітації при різних захворюваннях і травмах опорно-рухового апарату. Питання охорони праці і техніки безпеки при роботі юних спортсменів з обладнанням.	ПРН 1.1 ПРН 2.1.
<b>Розуміння:</b> фізіологічних процесів, що відбуваються в організмі дітей, які займаються спортом під дією фізичних навантажень. Семіотику найбільш поширених травм, які виникають у юних спортсменів. Принципи підбору засобів фізичної реабілітації з урахуванням характеру травми майбутніх спортсменів. Профілактики спортивного травматизму.	ПРН 2.2. ПРН 2.5.
<b>Застосувати:</b> практичні вміння та навички при обстеженні спортсменів із травмами ОРА. Використовувати різні види реабілітаційних заходів та їх послідовність, принципи лікувальної дії фізичних вправ та інших засобів фізичної терапії при травмах дітей, які займаються спортом. Проводити інструментальні методи дослідження та функціональні проби, тестування для оцінки стану здоров'я, фізичного розвитку майбутніх спортсменів.	ПРН 2.3. ПРН 2.10.
<b>Аналізувати</b> аналізувати та вносити корективи під час відновного лікування спортсменів. Аналізувати результати лабораторних та інструментальних методів діагностики при захворюваннях і травмах у юних спортсменів. Надавати методичні рекомендації, щодо покращання якості життя дітей, які займаються спортом.	ПРН 2.6. ПРН 2.7.
<b>Здатність</b> аспірантів до творчого поєднання теоретичних знань і практичних навичок. Здатність ставити пріоритетні завдання у комплексній реабілітації травматологічних хворих. Володіти різними методами профілактики травм в спорті. На практиці застосовувати знання з надання першої допомоги при спортивних травмах. Можливості вдосконалення науково-методичних підходів до фізичної реабілітації, профілактики травм у спорті.	ПРН 2.5. ПРН 2.10.
<b>Оцінювання</b> готовності аспірантів до самостійного виконання завдань щодо реабілітації і профілактики трав дітей, які займаються професійним спортом. Оцінювати етіологічні та патогенетичні фактори найбільш поширених травм ОРА у різних вікових категорій дітей, які займаються спортом. Оцінювати ефективність застосування реабілітаційних заходів та методів профілактики травматизму у юних спортсменів. Використовувати отримані знання в повсякденній роботі з пацієнтами.	ПРН 2.8.

## 5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

### Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання з навчальної дисципліни є:

- виконання письмових завдань;
- відповіді на лабораторних заняттях;
- виконання індивідуальних завдань з демонстрацією практичних навичок;
- аналітичні звіти, реферати;
- розв’язування ситуативних задач;
- іспит.

### Форми контролю та критерії оцінювання результатів навчання

Форми поточного контролю: **виконання письмових завдань, виступи на семінарських заняттях.**

Форма модульного контролю: **відповідь на теоретичні питання, тестування**

Форма підсумкового семестрового контролю: залік, іспит.

Перевірка та оцінювання знань, умінь і практичних навичок аспірантів здійснюються за 100-бальною, ECTS та національною шкалами (табл.5.1).

Таблиця 5.1. Загальна шкала оцінювання: рейтингова, національна та ECTS

СУМА БАЛІВ за 100- бальною шкалою	ОЦІНКА ECTS	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	залік
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C	задовільно	
64-73	D		
60-63	E		
35-59	FX	не задовільно з можливістю повторного складання	
1-34	F	не задовільно з обов’язковим повторним вивченням дисципліни	

Загальна оцінка за один модуль складається з оцінок за результатами поточного модульного контролю та письмового тестування (табл. 5.2, 5.3).

Таблиця 5.2. Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти (модуль 1)

Поточне оцінювання та самостійна робота					Презентаційні матеріали	Модульна контрольна робота	Сума
T1	T2	T3	T4	T5	10	50	100
8	8	8	8	8			

Таблиця 5.3. Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти (модуль 2)

Поточне оцінювання та самостійна робота	Презентаційні матеріали	Модульна контрольна робота	Сума
---	-------------------------	----------------------------	------

<b>T6</b>	<b>T7</b>	<b>T8</b>	<b>T9</b>	<b>T10</b>	<b>10</b>	<b>50</b>	<b>100</b>
8	8	8	8	8			

### Оцінювання окремих видів навчальної роботи з дисципліни

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Модуль 1		Модуль 2	
	Кількість	Максимальна кількість балів (сумарна)	Кількість	Максимальна кількість балів (сумарна)
Практичні (семінарські) заняття	14	40	16	40
Лабораторні заняття (допуск, виконання та захист)	-	-	-	-
Комп'ютерне тестування при тематичному оцінюванні	-	-	-	-
Письмове тестування при тематичному оцінюванні	-	-	-	-
Презентація	1	10	1	10
Реферат	-	-		
Есе (твір роздум)				
...				
Модульна контрольна робота	1	<b>50</b>	1	<b>50</b>
<b>Разом</b>		<b>100</b>		<b>100</b>

### Критерії модульного поточного оцінювання

Модульне поточне оцінювання проводиться під час практичних занять. Оцінка складається з оцінок за відповіді на практичних заняттях (1-10 балів за кожну відповідь), Відповіді на два теоретичні питання (1-5 балів на кожне питання), оцінок за тестовий контроль (1-10 балів), за участь в обговоренні виступів та презентаційних матеріалів (1-10) балів. Максимальна оцінка за модульне поточне оцінювання – 50 балів (табл.5.4).

**Таблиця 5.4. Шкала поточного оцінювання модульної роботи з дисципліни**

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Модуль 1	
	Кількість	Максимальна кількість балів (сумарна)
Усна відповідь на лабораторних заняттях	1-10	10
Теоретичні питання (два питання, за кожну правильну відповідь нараховується 5 балів)	1-10	10
Тестовий контроль знань на заняттях (за кожну правильну відповідь нараховується 2 бали)	1-10	10
Презентаційні матеріали	1-10	10
Самостійна робота (за якість конспектів лекцій та виконаних домашніх завдань)	1 -10	10
<b>Разом</b>		<b>50</b>

## **Критерії оцінювання модульної контрольної роботи**

Модульний контроль проводиться шляхом аналізу показників поточної успішності та написання письмової модульної контрольної роботи, яка складається з вирішення тестових завдань та теоретичних питань. Оцінювання модульної контрольної роботи проводиться за **50** бальною шкалою: два теоретичні питання по 10 балів, тестові завдання кожне по 3 бали. Пропонується 10 варіантів тестів по 10 питань в кожному варіанті. Всього 100 тестових завдань. На кожне питання дається 5 варіантів відповідей. Правильними можуть бути від одного до 4 відповідей. За допомогою письмової модульної контрольної роботи оцінюється ступінь освоєння пройденого матеріалу за максимальною рейтинговою оцінкою від 0 до 50 балів. До цієї оцінки додається оцінка за модульне поточне оцінювання від 0 до 50 балів. Разом від 0 до 100 балів.

## **Критерії оцінювання підсумкового семестрового контролю**

**Іспит** є підсумковою формою контролю. Іспит проводиться у формі відповіді на 2 усних питання екзаменаційного білета та письмової відповіді на тести. У кожному варіанті є 10 тестових завдань з правильними та неправильними відповідями. Критеріями оцінювання письмового тестування є кількість правильних відповідей за одним з варіантів тестів. Кожне теоретичне питання оцінюється в 25 балів. Кожна правильна відповідь на запитання тесту оцінюється 5 балами. Оцінку «задовільно», «добре» або «відмінно» отримує аспірант, який набрав суму балів від 60 до 100.

## **6. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **6.1. Зміст навчальної дисципліни**

#### **Модуль 1.**

##### **Лекції**

- Тема 1.** Загальна характеристика спортивного травматизму.
- Тема 2.** Форми і причини спортивного травматизму та заходи його запобігання.
- Тема 3.** Профілактика травматизму у дітей, які займаються окремими видами спорту.
- Тема 4.** Сутність і методи лікарського контролю в масовій фізичній культурі і спорті.
- Тема 5.** Методи обстеження дітей, які займаються професійним спортом.

##### **Практичний курс**

- Тема 1.** Поняття про травми. Класифікація травм. Загальна характеристика спортивного травматизму. Основні причини і профілактика спортивного травматизму.
- Тема 2.** Організаційні і матеріально-технічні причини травматизму. Медико-біологічні і психологічні причини травматизму. Спортивно-педагогічні причини травматизму.
- Тема 3.** Профілактика травматизму при заняттях спортивними іграми. Профілактика травматизму при заняттях легкою атлетикою. Профілактика травматизму при заняттях спортивною і художньою гімнастикою. Профілактика травматизму при заняттях акробатикою. Заходи безпеки при організації та проведенні спортивних занять.
- Тема 4.** Сутність, мета і завдання лікарського контролю за особами, що займаються фізкультурою і спортом. Форми і порядок здійснення лікарського контролю за особами, що займаються фізичною культурою і спортом. Структура і функції лікарсько-фізкультурного диспансеру.
- Тема 5.** Розділи комплексного обстеження фізкультурників і спортсменів. Загальний та спортивний анамнез. Особливості опитування осіб, які займаються ФК і спортом. Оцінка фізичного розвитку на основі методів соматоскопії та антропометрії. Поняття про функціональну діагностику і функціональні проби.

#### **Модульний контроль № 1**

## Модуль 2.

### Лекції

**Тема 6.** Методи дослідження функціонального стану серцево-судинної і дихальної системи у дітей, які займаються спортом.

**Тема 7.** Травми опорно-рухового апарату і шкірних покривів у спортсменів, перша допомога, профілактика.

**Тема 8.** Комбіновані травми при заняттях спортом, невідкладна допомога, профілактика.

**Тема 9.** Гострі патологічні стани у спортсменів, що супроводжуються порушеннями свідомості. Невідкладна допомога, профілактика.

**Тема 10.** Особливості комплексної реабілітації та профілактики травматизму у юних спортсменів.

### Практичний курс

**Тема 6.** Методи дослідження ССС в спокої. Функціональні проби ССС (проба Мартіне, Котова-Дешина). Методи дослідження системи зовнішнього дихання в спокої. Функціональні проби дихальної системи.

**Тема 7.** Надання першої допомоги при ранах, потертостях і саднах. Кровотечі їх характеристика, невідкладна допомога. Невідкладна допомога при забиттях у спортсменів. Ушкодження капсульно-зв'язкового апарату суглобів, м'язів і сухожиль у спортсменів. Перша медична допомога при вивихах. Переломи кісток при заняттях спортом. Транспортна іммобілізація. Обмороження кінцівок та інших частин тіла при заняттях спортом.

**Тема 8.** Травми голови у спортсменів. Травми хребта і ушкодження спинного мозку при заняттях спортом. Травми грудної клітини. Закриті травми живота і внутрішніх органів черевної порожнини. Переломи кісток тазу і ушкодження тазових органів. Травматичний шок як ускладнення важких травм.

**Тема 9.** Непритомність у спортсменів, механізми її виникнення. Гіпоглікемічний стан у спортсменів. Тепловий і сонячний удари, ознаки, невідкладна допомога і профілактика. Клінічна смерть. Правила серцево-легеневої реанімації.

**Тема 10.** Особливості фізичної реабілітації юних спортсменів при різних травмах. Засоби і методи реабілітації дітей при травмах і захворюваннях опору-рухового апарату. Профілактика спортивного травматизму. Основні напрями профілактики травм у юних спортсменів.

## 6.2. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин									
	денна форма					Заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі			
		Л	П	лаб	С.р.		Л	П	лаб	С.р.
1	2	3	4	5	7	8				
<b>Модуль 1 Травматизм у спортсменів</b>										
<b>Тема 1.</b> Загальна характеристика спортивного травматизму.	21	4	4		13	20	1	1		18
<b>Тема 2.</b> Форми і причини спортивного травматизму.	21	4	4		13	21	2	1		18
<b>Тема 3.</b> Профілактика травматизму у дітей, які займаються окремими видами спорту.	21	6	2		13	22	2	1		19
<b>Тема 4.</b> Сутність і методи лікарського контролю в масовій фізичній культурі і спорті.	20	4	4		12	22	2	1		19

<b>Тема 5.</b> Методи обстеження дітей, які займаються професійним спортом.	20	4	4		12	20	1			19
Модульний контроль 1.	2		2							
<b>Разом за модулем 1</b>	<b>105</b>	<b>22</b>	<b>20</b>		<b>63</b>	<b>105</b>	<b>8</b>	<b>4</b>		<b>93</b>
<b>Модуль 2. Фізична терапія при захворюваннях опорно-рухового апарату у спортсменів</b>										
<b>Тема 6.</b> Методи дослідження функціонального стану серцево-судинної і дихальної системи у дітей, які займаються спортом.	21	4	4		13	22	2	2		18
<b>Тема 7.</b> Травми опорно-рухового апарату і шкірних покривів у спортсменів, перша допомога, профілактика.	23	6	4		13	20	2			18
<b>Тема 8.</b> Комбіновані травми при заняттях спортом, невідкладна допомога, профілактика. Особливості комплексної реабілітації та профілактики травматизму у юних спортсменів.	21	4	4		13	21	1	1		19
<b>Тема 9.</b> Гострі патологічні стани у спортсменів, що супроводжуються порушеннями свідомості. Невідкладна допомога, профілактика..	18	4	2		12	20	1			19
<b>Тема 10.</b> Особливості комплексної реабілітації та профілактики травматизму у юних спортсменів.	20	4	4		12	22	2	1		19
Модульний контроль 2.	2		2							
<b>Разом за модулем 2</b>	<b>105</b>	<b>22</b>	<b>20</b>		<b>63</b>	<b>105</b>	<b>8</b>	<b>4</b>		<b>93</b>
<b>Разом</b>	<b>210</b>	<b>44</b>	<b>40</b>		<b>126</b>	<b>210</b>	<b>16</b>	<b>8</b>		<b>186</b>

### 6.3. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Денна форма	Заочна форма
<b>Модуль 1.</b>			
1	Поняття про травми. Класифікація травм. Загальна характеристика спортивного травматизму. Основні причини і профілактика спортивного травматизму.	4	1
2	Організаційні і матеріально-технічні причини травматизму. Медико-біологічні і психологічні причини травматизму. Спортивно-педагогічні причини травматизму.	4	1
3	Профілактика травматизму при заняттях спортивними іграми. Профілактика травматизму при заняттях легкою атлетикою. Профілактика травматизму при заняттях спортивною і художньою гімнастикою. Профілактика травматизму при заняттях акробатикою. Заходи безпеки при організації та проведенні спортивних занять.	2	1

4	Сутність, мета і завдання лікарського контролю за особами, що займаються фізкультурою і спортом. Форми і порядок здійснення лікарського контролю за особами, що займаються фізичною культурою і спортом. Структура і функції лікарсько-фізкультурного диспансеру.	4	1
5	Розділи комплексного обстеження фізкультурників і спортсменів. Загальний та спортивний анамнез. Особливості опитування осіб, які займаються ФК і спортом. Оцінка фізичного розвитку на основі методів соматоскопії та антропометрії. Поняття про функціональну діагностику і функціональні проби.	4	
	<b>Модульний контроль 1</b>	2	
	<b>Разом</b>	<b>20</b>	<b>4</b>
6	Методи дослідження ССС в спокої. Функціональні проби ССС (проба Мартіне, Котова-Дешина). Методи дослідження системи зовнішнього дихання в спокої. Функціональні проби дихальної системи.	4	1
7	Надання першої допомоги при ранах, потертостях і саднах. Кровотечі їх характеристика, невідкладна допомога. Невідкладна допомога при забиттях у спортсменів. Ушкодження капсульно-зв'язкового апарату суглобів, м'язів і сухожиль у спортсменів. Перша медична допомога при вивихах. Переломи кісток при заняттях спортом. Транспортна іммобілізація. Обмороження кінцівок та інших частин тіла при заняттях спортом.	4	
8	Травми голови у спортсменів. Травми хребта і ушкодження спинного мозку при заняттях спортом. Травми грудної клітини. Закриті травми живота і внутрішніх органів черевної порожнини. Переломи кісток тазу і ушкодження тазових органів. Травматичний шок як ускладнення важких травм..	4	
9	Непритомність у спортсменів, механізми її виникнення. Гіпоглікемічний стан у спортсменів. Тепловий і сонячний удари, ознаки, невідкладна допомога і профілактика. Клінічна смерть. Правила серцево-легеневої реанімації.	2	
10	Особливості фізичної реабілітації юних спортсменів при різних травмах. Засоби і методи реабілітації дітей при травмах і захворюваннях опору-рухового апарату. Профілактика спортивного травматизму. Основні напрями профілактики травм у юних спортсменів	4	
	<b>Модульний контроль 2</b>	<b>2</b>	
	<b>Разом за модулем 2</b>	<b>20</b>	<b>2</b>
	<b>Разом</b>	<b>40</b>	<b>8</b>

#### 6.4. Самостійна робота

№ п.п	Назва теми	Денна форма	Заочна форма
<b>Змістовий модуль 1.</b>			
1.	Спортивні переломи, клінічні прояви, перша допомога, правила іммобілізації: перелом металника; відривний перелом рукоятки грудини; відривний перелом гребня вздухвинної кістки; відривний перелом бугорка великогомілкової кістки; поперечний перелом надколінника.	9	13
2.	Черепно-мозкова травма. Види ушкоджень. Клінічні симптоми, перша допомога.	9	13
3.	Плоскостопість. Фізична реабілітація при плоскостопості. Складання програми реабілітації та комплексу вправ	9	13
4.	Фізична реабілітація при пошкодженнях сухожилів верхніх і нижніх кінцівок у дітей, які займаються спортом.	9	13
5.	Фізична реабілітація при переломі плечової кістки у юних спортсменів. Складання програми реабілітації. Профілактика виникнення травм.	9	13
6.	Фізична реабілітація при ушкодженнях менісків і зв'язкового апарату колінного суглоба у дітей, які займаються спортом.	9	13
7.	Фізична реабілітація хворих при травмах і вивиху ліктьового суглоба у дітей.	9	13
8.	Фізична реабілітація юних спортсменів після ушкодження п'яткового (ахіллового) сухожилля.	9	13
9.	Невідкладна допомога та фізична реабілітація хворих при переломах ключиці	9	13
10.	Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування засобів фізичної реабілітації при захворюваннях ОРА. У спортсменів Фізіотерапевтичні методи відновного лікування у лікарняний та після лікарняний періоди.	9	13
11.	Профілактика травматизму при заняттях боротьбою і боксом та важкою атлетикою.	9	14
12.	Фізична реабілітація при переломах фаланг пальців верхніх і нижніх кінцівок у юних спортсменів. омах фаланг пальців.	9	14
13.	Профілактика травматизму при заняттях водними видами спорту.	9	14
14.	Профілактика травматизму при заняттях велосипедним та лижним спортом.	9	14
	<b>Разом</b>	<b>126</b>	<b>186</b>

#### 7. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

**Пояснювально-ілюстративний метод.** Аспіранти здобувають знання, слухаючи лекцію, з навчальної або методичної літератури у "готовому" вигляді. Сприймаючи й осмислюючи факти, оцінки, висновки, вони залишаються в межах репродуктивного (відтворювального) мислення.

**Репродуктивний метод.** Застосування вивченого на основі зразка, моделі діяльності або загально прийнятих підходів під час семінарських (практичних занять). Діяльність тих, кого навчають, є алгоритмічною, тобто відповідає інструкціям, розпорядженням, правилам - в

аналогічних до представленого зразка ситуаціях.

**Метод проблемного викладення.** Використовуючи доцільні джерела й засоби під час лекційних і практичних занять, педагог, перш ніж викладати матеріал, ставить проблему, формулює пізнавальне завдання, а потім, наводить систему доведень, порівнюючи погляди, різні підходи, показує спосіб розв'язання поставленого завдання. Здобувачі ступеня доктор філософії стають ніби свідками і співучасниками наукового пошуку.

**Пошуковий, або евристичний метод.** Використовується в тій чи іншій мірі у всіх формах навчальних занять та під час індивідуальної чи самостійної роботи аспіранта. Його суть - в організації активного пошуку розв'язання висунутих педагогом (чи самостійно сформульованих) пізнавальних завдань, в визначених випадках під керівництвом лектора, або на основі наведених прикладів і вказівок. Процес мислення набуває продуктивного характеру, але його поетапно скеровує й контролює педагог або самі аспіранти на основі роботи над навчально-методичною літературою.

**Дослідницький метод.** Після аналізу матеріалу, постановки проблем і завдань та короткого усного або письмового інструктажу ті, кого навчають, самостійно вивчають літературу, джерела, ведуть спостереження й виміри, наприклад, об'єму та інтенсивності фізичного навантаження, виконують інші пошукові дії. Ініціатива, самостійність, творчий пошук виявляються в дослідницькій діяльності найповніше. Методи навчальної роботи безпосередньо переходять у методи, які імітують, а іноді й реалізують науковий пошук. Такий метод є пріоритетним у самостійній підготовці аспірантів.

## **8. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧАЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА**

Обладнання: **мультимедійне обладнання;**

Програмне забезпечення: **робоча програма; електронні варіанти лекцій, презентації лекційного матеріалу, методичні рекомендації до практичних (семінарських) занять та самостійної роботи.**

## **9. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ**

### **Основна література**

1. Башкиров В. Ф. Комплексная реабилитация спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата / В. Ф. Башкиров. - М.: Физкультура и спорт, 1984. - 240 с.
2. Боголюбов В.М. Общая физиотерапия : учебник / В.М. Боголюбов, Г. И. Пономаренко Учебник, 3-е изд., испр. доп. - М.: Медицина, 2003. -480 с.
3. Відновлювальні засоби працездатності у фізичній культурі і спорті / Ячнюк І. О., Воробйов О. О., Романів Л. В., Ячнюк Ю. Б., Марценяк І. В., Білик Р. Р.: Підручник. – Чернівці: Книги – ХХІ, 2009. – 432 с.
4. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия. В 2-х частях. Часть 2. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – 360 с.: ил.
5. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учебник для студентов высших учебных заведений. – 2-е издание, дополненное. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2002. – 512 с.
6. Мелега К.П. Невідкладна допомога при травмах і захворюваннях у спортсменів: Навчально-методичний посібник. – Ужгород: Вид-во УжНУ, 2005. – 50 с.
7. Миронова З.С., Морозова Е.М. Спортивная травматология. – М.:ФиС, 1976. – 152 с.
8. Практикум з валеології. Основи долі карської допомоги. Навчально-методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів, вчителів та учнів загальноосвітніх шкіл / Укладачі Цимбал Н.М., Берегова О.Д. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002. – 112 с.

### Допоміжна література

1. Древинг Е. Ф. Травматология : Методика занятий лечебной физкультурой / Е. Ф. Древинг. - М.: Познaват. кн. плус, 2002. - 224 с.
2. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. — М., 1988. – 134 с.
3. Каптелин А.Ф. Гидрокинезотерапия в ортопедии и травматологии / Л. Ф. Каптелин. - М.: Медицина, 1985. - 222 с.
4. Гогін О.В. Легка атлетика: Навч. посібник. – Харків: ОВС, 2005. – 345 с
- Каптелин А.Ф. Функциональные нарушения при поражениях опорно двигательного аппарата //
5. Лечебная физкультура в системе медицинской реабилитации: рук. для врачей / под ред. А. Ф. Каптелина, И. П. Лебедевой. - М.: Медицина, 1995. - С. 48-50.
6. Марченко О. К. Основы физической реабилитации: учеб. для студентов вузов / О. К. Марченко. - Киев : Олимп, лит., 2012.-528 с.
7. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів інститутів фізичної культури / Т.Ю. Круцевич. - К. Юлімпійська література, 2008. - Т.1., Т.2.

### Інформаційні ресурси

1. Робоча програма навчальної дисципліни «Травматизм у юних спортсменів: профілактика та реабілітація» для аспірантів денної, вечірньої і заочної форми /Я. Ф.Філак. – Ужгород, 2020. (Електронна версія на кафедрі фізичної реабілітації ФЗФВ УжНУ).
2. Конспект лекцій з дисципліни «Травматизм у юних спортсменів: профілактика та реабілітація» (Електронна версія на кафедрі фізичної реабілітації ФЗФВ УжНУ, інфоцентр, сайт електронного навчання).
3. Інтернет-ресурси: <http://zakon.rada.gov.ua/go/z0249-06>;  
<http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/z0497-14>.

### Додаток 1

#### Результати перегляду робочої програми навчальної дисципліни

Робоча програма перезатверджена на 20\_\_\_ / 20\_\_\_ н.р. без змін; зі змінами (Додаток \_\_\_).  
(потрібне підкреслити)

протокол № \_\_\_ від «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р. Завідувач кафедри \_\_\_\_\_  
(підпис) (Прізвище ініціали)

Робоча програма перезатверджена на 20\_\_\_ / 20\_\_\_ н.р. без змін; зі змінами (Додаток \_\_\_).  
(потрібне підкреслити)

протокол № \_\_\_ від «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р. Завідувач кафедри \_\_\_\_\_  
(підпис) (Прізвище ініціали)

Робоча програма перезатверджена на 20\_\_\_ / 20\_\_\_ н.р. без змін; зі змінами (Додаток \_\_\_).  
(потрібне підкреслити)

протокол № \_\_\_ від «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р. Завідувач кафедри \_\_\_\_\_

(підпис) (Прізвище ініціали)

Робоча програма перезатверджена на 20\_\_\_ / 20\_\_\_ н.р. без змін; зі змінами (Додаток \_\_\_).  
(потрібне підкреслити)

протокол № \_\_\_ від «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_ р. Завідувач кафедри \_\_\_\_\_  
(підпис) (Прізвище ініціали)