

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

Кафедра теорії, методики та організації фізичної підготовки і спорту

ЗАТВЕРДЖУЮ

РОБОЧА ПРОГРАМА
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
СПОРТИВНА МЕДИЦИНА ТА ОСНОВИ МАСАЖУ
(код ОК 11)

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	загальна підготовка
Статус навчальної дисципліни:	обов'язкова
Форма здобуття освіти:	очна (денна)
Мова навчання:	українська

2

Робоча програма навчальної дисципліни циклу дисциплін загальної підготовки 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:

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри теорії, методики та організації фізичної підготовки і спорту

Протокол від “29” серпня 2024 року № 2

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма здобуття освіти
Кількість кредитів – 4 кредитів ECTS. Загальна кількість годин – 120 годин. Для денної форми здобуття освіти: кількість навчальних занять під керівництвом викладача – 80 год. кількість годин самостійної роботи – 40 год.	галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка	Дисципліна циклу загальної підготовки, обов’язкова
	спеціальність: 017 Фізична культура і спорт	Рік підготовки:
		4-й
		Півріччя
		I, II
	освітній ступінь – бакалавр	Лекції, год.
		32
		Семінарські заняття, год.
		12
		Практичні заняття, год.
		36
		Самостійна робота, год.
		40
		Рубіжний контроль, год.
		2
		Підсумковий контроль, год.: Залік – 4

2. Мета та заплановані результати навчання

2.1. Метою вивчення навчальної дисципліни “Спортивна медицина та основи масажу” є формування у курсантів фундаментальних знань з основ спортивної медицини, способами збереження і зміцнення здоров’я людей, що займаються фізичною культурою і спортом, визначення відповідності функціонального стану організму рівню фізичних навантажень, діагностики, лікування та профілактики захворювань, профілактики травматизму, надання невідкладної медичної допомоги під час тренувань та змагань.

2.2. Компетентності, які набуваються під час засвоєння навчальної дисципліни:

- 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 застосовувати знання про будову та функціонування організму людини;
- здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів;
- здатність до безперервного професійного розвитку.

2.3. Заплановані результати навчання:

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;

застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом;

надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.

Курсант повинен бути спроможний:

- проводити фізикальне обстеження спортсмена;
- вміти приймати обґрунтоване рішення щодо виділення провідного клінічного симптому або синдрому;
- визначати невідкладні стани;
- надавати першу медичну допомогу відповідно до принципів та тактики надання долікарської допомоги;
- застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом;

визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом;

надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесів в організмі людини;

використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність;

застосовувати знання щодо забезпечення потреб військовослужбовця під час дій в автономних умовах за рахунок природних ресурсів; захисту від впливу фізико-географічних умов за допомогою природних та підручних засобів; вміти організовувати виконання завдань з тактичної медицини;

вміти витримувати різнопланові фізичні навантаження, пов'язані з виконанням службових обов'язків, володіти достатніми знаннями та навичками для організації фізичної підготовки та спортивно-масової роботи в підрозділі;

планувати тренувальний і змагальний процес у відповідності до функціонального стану тих хто займається.

3. СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

3.1. Структура навчальної дисципліни

очис форми напруження системи

	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс
Тема 1. Поняття про фізичну культуру та спорт. Фізична культура як соціальне явище. Фізична культура як сукупність фізичних, психічних та соціальних явищ. Фізична культура як сукупність фізичних, психічних та соціальних явищ.	17	10	7	6
Тема 2. Фізична культура як сукупність фізичних, психічних та соціальних явищ. Фізична культура як сукупність фізичних, психічних та соціальних явищ.	10	6	4	4
Тема 3. Фізична культура як сукупність фізичних, психічних та соціальних явищ. Фізична культура як сукупність фізичних, психічних та соціальних явищ.	24	14	10	6
Тема 4. Фізична культура як сукупність фізичних, психічних та соціальних явищ. Фізична культура як сукупність фізичних, психічних та соціальних явищ.	31	20	24	16
Тема 5. Фізична культура як сукупність фізичних, психічних та соціальних явищ. Фізична культура як сукупність фізичних, психічних та соціальних явищ.	18	14	4	4
Тема 6. Фізична культура як сукупність фізичних, психічних та соціальних явищ. Фізична культура як сукупність фізичних, психічних та соціальних явищ.	12	8	4	4

3. СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

3.1. Структура навчальної дисципліни

очна форма здобування освіти

Очна форма здобування освіти											
Номери та назви тем	Усього годин	З них			У т. ч. за видами навчальних занять					Рубіжний контроль	Контрольні заходи
		Навчальних занять	Самостійна робота	Лекції	Семінарські заняття, круглі столи	Групові заняття	Практичні заняття	Групові вправи			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
4 курс											
I півріччя											
Тема 1. Валеологія, як складова частина спортивної медицини. Оцінка функціонального стану систем організму спортсменів.	17	10	7	6	2		2				
Тема 2. Оцінка стану здоров'я спортсменів з використанням функціональних проб.	10	6	4	4			2				
Тема 3. Засоби відновлення спортивної працездатності.	24	14	10	6	2		4		2		
Всього за I півріччя	51	30	21	16	4		8		2		
II півріччя											
Тема 4. Основи масажу.	18	14	4	4			10				
Тема 5. Медико-фармакологічне забезпечення спорту.	12	8	4	4			4				

1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Тема 6. Основи загальної та спортивної патології. Невідкладні стани в спорті.		35	24	11	8	4		12			
Залік		4	4								
Всього за II півріччя		69	50	19	16	4		26			4
Всього за 4 курс		120	80	40	32	8		34		2	4
Всього за навчальну дисципліну		120	80	40	32	8		34		2	4

3.2. Зміст навчальної дисципліни

№ п/п	Вид навчального заняття	Кількість годин	Із них		Півріччя (курс навчання), номери та назви тем і навчальних занять, навчальні питання заняття, завдання для самостійної роботи	Матеріально-технічне забезпечення	Рекомендована література
			Навчальних занять під керівництвом викладача	Самостійної роботи			
	2	3	4	5	6	8	
		51	30	21	I півріччя 4 курс		
		17	10	7	Тема 1. Валеологія, як складова частина спортивної медицини. Оцінка функціонального стану систем організму спортсменів.		
1	Л	2	2	-	Тема 1. Заняття 1. Вступ у спортивну медицину. 1. Валеологія, як складова частина профілактичної спортивної медицини. 2. Історія розвитку спортивної медицини. 3. Організація спортивної медицини в Україні.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 16, 21, 23, 28, 29]
2	Л	5	2	3	Тема 1. Заняття 2. Оцінка стану центральної та периферичної нервової системи. 1. Дані анамнезу 2. Візуальний огляд (соматоскопія). 3. Координаційні проби (Ромберга, пальцевоносова, коліноп'яткова, стабілографія, треморографія). 4. Електроенцефалографія. 5. Прихований час рухової реакції. 6. Диссомнія, агрипнія, невроз, психастенія. 7. Периферична нервова система. 8. Функція 12 пар ЧМН. 9. Сухожилльні рефлекси (біцепс, трицепс, колінний, ахілловий). 10. Спинний мозок. Остеохондропатія (радикуліт). Неврити, невралгія. <i>Самостійна робота:</i> 1) Оцінка стану центральної та периферичної	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 16, 21, 23, 28, 29]

	2	3	4	5	6		8	
					нервової системи. 2) Оцінка функціонального стану м'язової та дихальної систем (підготовка до семінару).			
3	C	4	2	2	Тема 1. Заняття 3. Оцінка функціонального стану м'язової та дихальної систем. 1. Будова, форма, та функція м'язів. Анатомічний та фізіологічний поперечник м'язів. 2. Фізіологічні властивості скелетних м'язів: збудливість, провідність, скоротливість. Значення лабільності у функції нервово-м'язової системи. 3. Будова та типи рухової одиниці. Швидко та повільно скоротливі м'язи. 4. Механізм та енергетика м'язового скорочення. 5. Топографія і функція нервових центрів регулюючих м'язову діяльність. 6. Функціональні характеристики дихальної системи. 7. Оцінка шляхом: анамнез, огляд (соматоскопія), ЧДР, типи дихання, проба Генчі, проба Штанге. 8. Параклінічні методи обстеження: рентгенографія, флюорографія, оксиметрія, капнометрія, пневмотонометрія, спірографія (статичні дихальні об'єми). 9. Патологія органів дихання: ГРВІ, трахеїт, бронхіт, пневмонія. Самостійна робота: Оцінка функціонального стану ендокринної системи та системи крові (підготовка до практичної роботи).		ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 19, 22, 26]
4	ПЗ	2	2	2	Тема 1. Заняття 4. Оцінка функціонального стану ендокринної системи та системи крові (підготовка до практичної роботи). 1. Залози внутрішньої секреції (епіфіз, гіпоталамус, гіпофіз, щитовидна залоза, парашитоподібні залози, тимус, підшлункова залоза, наднирники, статеві залози). Оцінка шляхом збору анамнезу та соматоскопії. 2. Поняття про реактивність організму, її види. Імунітет, його характеристика. 3. Імунодефіцит, його види. Імунітет у спортсменів, його особливості. Синдром набутого імунодефіциту (СНІД). 4. Система крові: поняття про біопсію кісткового мозку, буферні системи (ацидоз, алкалоз), міогенний еритроцитоз, маршова анемія, міогенний лейкоцитоз, міогенний тромбоцитоз, міоглобінурія.		ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	

	2	3	4	5	6		8	
					5. Перенапруження системи крові у спортсменів.			
5	Л	4	2	2	Тема 1. Заняття 5. Оцінка функціонального стану систем травлення та виділення. 1. Оцінка функціонального стану системи травлення за допомогою клінічних методів дослідження. 2. Параклінічні методи дослідження: біохімічний аналіз крові, копрограма, дуоденальне зондування, рентгенографія, УЗ обстеження, ендоскопія (гастро-, колоно-), мікроскопія (цитологія, гістологія). 3. Патологія органів ШКТ: ГЕРХ, виразкова хвороба, діарея, запор. 4. Оцінка функціонального стану системи виділення за допомогою клінічних та параклінічних методів дослідження. 5. Протеїн-, гемат-, лейкоцит-, циліндрурія, нефрит, СКХ, гемоглобін-, міоглобінурія. <u>Самостійна робота:</u> Оцінка функціонального стану систем травлення та виділення.		ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	
		10	6	4	Тема 2. Оцінка стану здоров'я спортсменів з використанням функціональних проб.			
6	Л	4	2	2	Тема 2. Заняття 1. Фізіологічні основи оцінки стану здоров'я спортсменів. 1. Оцінка стану здоров'я спортсмена. Принципи надання рекомендацій щодо занять спортом. 2. Вплив занять фізичною культурою на організм. 3. Поняття про фізичний розвиток. Вікові особливості розвитку організму (вікові періоди), акселерація, ретардація, гетерохронність. Ростові стрибки (вік). 4. Поняття «вік» (біологічний, паспортний). Конституціональні типи: соматичні, психологічні. 5. Соматоскопія: постава, асиметрія, фізіологічні викривлення хребта (кіфоз, лордоз), форми грудної клітки, форми живота, форми ніг, форми стопи, розвиток мускулатури, жирового шару. 6. Антропометрія: маса тіла, подовжні та поперечні розміри, окружності, кіфосколіозометрія, гоніометрія, динамометрія, визначення складу тіла. 7. Метод антропометричних стандартів: • метод кореляції		ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 19, 22, 26]

		2	3	4	5	6		8	
						• метод індексів: індекс маси тіла, формули визначення ідеальної маси тіла, росто-вагові індекси.			
						8. Особливості фізичного розвитку у представників різних видів спорту: легка атлетика, плавання, тяжка атлетика, гімнастика, боротьба, баскетбол. <u>Самостійна робота:</u> Фізіологічні основи оцінки стану здоров'я спортсменів.			
7	Л		4	2	2	Тема 2. Заняття 2. Оцінка стану серцево-судинної системи. 1. Серцево-судинна система. 2. Оцінка шляхом: анамнез, огляд (соматоскопія). 3. Функціональні характеристики серцево-судинної системи: ЧСС, аритмії (бради-, тахіаритмії, миготлива, блокади), АТ (гіпо-, гіпертонія), САТ, ОЦК, Проба Летунова. 4. Гарвардський степ-тест, Тест PWC170. 5. ЕКГ, УЗ дослідження серця, КТ и МРТ. 6. Структурні і функціональні особливості спортивного серця: дилатація порожнин, гіпертрофія міокарду, брадикардія, гіпотензія. 7. Раптова смерть у спорті офіційне визначення. Причини, основні засоби профілактики випадків раптової смерті у спорті. <u>Самостійна робота:</u> Оцінка стану серцево-судинної системи.		ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[2, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 18, 20, 23, 25, 27, 30]
8	ПЗ		2	2	2	Тема 2. Заняття 3. Оцінка стану серцево-судинної системи. 1. Серцево-судинна система. 2. Оцінка шляхом: анамнез, огляд (соматоскопія). 3. Функціональні характеристики серцево-судинної системи: ЧСС, аритмії (бради-, тахіаритмії, миготлива, блокади), АТ (гіпо-, гіпертонія), САТ, ОЦК, Проба Летунова. 4. Гарвардський степ-тест, Тест PWC170. 5. ЕКГ, УЗ дослідження серця, КТ и МРТ. 6. Структурні і функціональні особливості спортивного серця: дилатація порожнин, гіпертрофія міокарду, брадикардія, гіпотензія. 7. Раптова смерть у спорті офіційне визначення. Причини, основні засоби профілактики випадків раптової смерті у спорті.		ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[2, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 18, 20, 23, 25, 27, 30]
			24	14	10	Тема 3. Засоби відновлення спортивного працездатності.			

	2	3	4	5	6	8	
9	Л	4	2	2	Тема 3. Заняття 1. Загальні принципи використання засобів відновлення. 1. Вдома та відновлення під час м'язової діяльності. 2. Класифікація відновних засобів. 3. Загальні принципи використання засобів відновлення. 4. Педагогічні засоби відновлення. 5. Психологічні засоби відновлення. <u>Самостійна робота:</u> Загальні принципи використання засобів відновлення.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 19, 22, 26]
10	ПЗ	2	2		Тема 3. Заняття 2. Загальні принципи використання засобів відновлення. 1. Стомлення та відновлення під час м'язової діяльності. Стадії адаптації по Г. Сельє. 2. Класифікація відновних засобів. 3. Загальні принципи використання засобів відновлення. 4. Педагогічні засоби відновлення. 5. Психологічні засоби відновлення.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 19, 22, 26]
11	Л	4	2	2	Тема 3. Заняття 3. Медичні засоби відновлення. 1.Класифікація медичних засобів відновлення. 2. Природні фактори підвищення фізичної працездатності (відновлення дефіциту рідини і електролітів, режим сну, харчування). 2. Харчування спортсменів, особливості раціону в різних видах спорту. 3. Використання харчових та спортивних добавок. 4. Фізичні засоби відновлення. 5. Бальнеологічні засоби відновлення. Методика сауни. <u>Самостійна робота:</u> Медичні засоби відновлення (підготовка до семінарського заняття).	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[2, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 18, 20, 23, 25, 27, 30]
12	С	4	2	2	Тема 3. Заняття 4. Медичні засоби відновлення. 1.Класифікація медичних засобів відновлення. 2. Характеристика та приклад раціону харчування при заняттях легкою атлетикою. 3. Характеристика та приклад раціону харчування при заняттях важкою атлетикою. 4. Характеристика та приклад раціону харчування при заняттях ігровими видами спорту.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[2, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 18, 20, 23, 25, 27, 30]

	2	3	4	5	6	8	
					5. Класифікація спортивних добавок, вимоги до їх якості. 6. Класифікація протейнів, особливості їх вживання. 7. Застосування окремих амінокислот спортсменами. 8. Значення прийому окремих вуглеводів для ресинтезу глікогену. Класифікація енергетичних засобів, особливості їх вживання. <u>Самостійна робота:</u> Фізичні засоби відновлення (підготовка до практичного заняття).		
13	ПЗ	2	2		Тема 3. Заняття 5. Фізичні засоби відновлення. 1. Фізіотерапевтичні процедури. Види фізичних процедур. 2. Характеристика основних видів фізіотерапевтичних процедур (електрофорез, ультразвукова, електромагнітна терапія, Текер терапія, ударно-хвильова терапія, електро-міостимуляція, електросон, лазер, УВЧ, кварц, УФО-терапія) 3. Особливості застосування основних видів фізіотерапевтичних процедур у спортсменів різних спеціалізацій. 4. Бальнеологічні засоби відновлення. 5. Методика сауни. 6. Складання плану відновлення спортсмена.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 19, 22, 28]
14	ЛІ	4	2	2	Тема 3. Заняття 6. Медичне забезпечення тренувань, переїздів та змагань. 1. Медичне забезпечення тренувань. 2. Медичне забезпечення учбово-тренувальних зборів. 3. Самоконтроль спортсмена. 4. Медичне забезпечення змагань. 5. Лікарський контроль у жіночому спорті. 6. Медичне забезпечення переїздів. 7. Різновиди умов зовнішнього середовища, адаптація до них. <u>Самостійна робота:</u> Медичне забезпечення тренувань, переїздів та змагань.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	
15	РК	4	2	2	Рубіжний контроль. 1. Валеологія, як складова частина спортивної медицини. Оцінка функціонального стану систем організму спортсменів. 2. Оцінка стану здоров'я спортсменів з використанням функціональних проб.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[1-30]

2	3	4	5	6		8
				3. Засоби відновлення спортивної працездатності.		
	69	50	19	II півріччя 2 курс		
16	ЛІ	4	2	Тема 4. Основи масажу		
		18	14	Тема 4. Заняття 1. Фізіологічна роль масажу.		
				1. Поняття про масаж. Історія виникнення.		
				2. Види масажу.		
				3. Вплив масажу на внутрішні органи та системи.		
				4. Гігієнічні вимоги до масажу.		
				5. Показання і протипоказання.		
				6. Методика і техніка масажу.		
				<u>Самостійна робота:</u> Фізіологічна роль масажу.		
17	ПЗ	2	2	Тема 4. Заняття 2. Фізіологічна роль масажу.		
				1. Поняття про масаж. Історія виникнення.		
				2. Види масажу.		
				3. Вплив масажу на внутрішні органи та системи.		
				4. Гігієнічні вимоги до масажу.		
				5. Показання і протипоказання.		
				6. Методика і техніка масажу.		
18	ЛІ	4	2	Тема 4. Заняття 3. Прийоми масажу.		
				1. Техніка, фізіологічний вплив і види поглажування.		
				2. Техніка, фізіологічний вплив і види вижимання.		
				3. Техніка, фізіологічний вплив і види розминання.		
				4. Техніка, фізіологічний вплив і види розтирання.		
				5. Техніка, фізіологічний вплив і види вібрації.		
				6. Базисні методики масажу (гігієнічний масаж, спортивний масаж, лікувальний масаж).		
				7. Роль масажу у спорті.		
				<u>Самостійна робота:</u> Прийоми масажу.		
19	ПЗ	2	2	Тема 4. Заняття 4. Прийоми масажу.		
				1. Техніка, фізіологічний вплив і види поглажування.		
				2. Техніка, фізіологічний вплив і види вижимання.		
				3. Техніка, фізіологічний вплив і види розминання.		
				4. Техніка, фізіологічний вплив і види розтирання.		

	2	3	4	5	6		8	
					5. Техніка, фізіологічний вплив і види вібрації.			
20	ПЗ	2	2		Тема 4. Заняття 5. Масаж окремих частин тіла. 1. Масаж голови, обличчя, шиї. 2. Масаж верхніх кінцівок. 3. Масаж нижніх кінцівок. 4. Масаж спини, поперекової зони і тазу. 5. Масаж грудей, черева. 6. Загальний масаж.		ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	
21	ПЗ	2	2		Тема 4. Заняття 6. Базисні методики масажу. 1. Методика гігієнічного масажу. 2. Методика спортивного масажу. 3. Методика лікувального масажу. 4. Методика самомасажу.		ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	
22	ПЗ	2	2		Тема 4. Заняття 7. Основні методики спортивного масажу. 1. Види спортивного масажу. 2. Базисні прийоми спортивного масажу. 3. Особливості тонізуючого масажу. 4. Особливості релаксуючого масажу. 5. Антиноцицептивний ефект масажу.		ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	
23	Л	12	8	4	Тема 5. Медико-фармакологічне забезпечення спорту Тема 5. Заняття 1. Фармакологічні засоби оптимізації процесів відновлення і підвищення фізичної працездатності спортсменів. 1. Класифікації фармакологічних засобів, які можуть використовуватися в практиці спортивної медицини. 2. Вітамінно-мінеральні комплекси, їх характеристика та особливості вживання. 3. Роль окремих вітамінів та мінералів. 4. Адаптогени. 5. Нестероїдні анаболічні препарати. 6. Антигіпоксанти, ноотропи. 7. Препарати, що нормалізують функцію печінки та жовчовиділення. 8. Сорбенти.		ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[2, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 18, 20, 23, 25, 27, 30]
					<u>Самостійна робота:</u> Фармакологічні засоби оптимізації процесів			

	2	3	4	5	6	8	
24	ПЗ	2	2		відновлення і підвищення фізичної працездатності спортсменів (підготовка до практичного заняття). Тема 5. Заняття 2. Фармакологічні засоби оптимізації процесів відновлення і підвищення фізичної працездатності спортсменів. 1. Класифікації фармакологічних засобів, які можуть використовуватися в практиці спортивної медицини. 2. Вітамінно-мінеральні комплекси, їх характеристика та особливості вживання. 3. Роль окремих вітамінів та мінералів. 4. Адаптогени. 5. Нестероїдні анаболічні препарати. 6. Антигіпоксанти, ноотропи. 7. Препарати, що нормалізують функцію печінки та жовчовиділення. 8. Сорбенти. 9. Складання схем фармакологічної підтримки спортсмена на різних етапах тренувального процесу.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 19, 22, 26]
25	Л	4	2	2	Тема 5. Заняття 3. Допінг у спорті. 1. Поняття допінгу, історія виникнення, класифікація. 2. Класи фармакологічних препаратів, віднесених до допінгів. 3. Гострі отруєння допінгами (клінічні симптоми і заходи при отруєнні). 4. Використання допінгів у різних видах спорту. 5. Антидопінговий контроль в спорті. 6. Організація анти-допінгового контролю в Україні. <i>Самостійна робота:</i> Допінг у спорті (підготовка до практичного заняття).	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 19, 22, 26]
26	ПЗ	2	2		Тема 5. Заняття 4. Допінг у спорті. 1. Поняття допінгу, історія виникнення, класифікація. 2. Класи фармакологічних препаратів, віднесених до допінгів. 3. Гострі отруєння допінгами (клінічні симптоми і заходи при отруєнні). 4. Використання допінгів у різних видах спорту. 5. Антидопінговий контроль в спорті. 6. Організація анти-допінгового контролю в Україні.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[2, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 18, 20, 23, 25, 27, 30]
		35	24	11	Тема 6. Основи загальної та спортивної патології. Невідкладні стани в спорті.		

	2	3	4	5	6	8	
27	Л	2	2		Тема 6. Заняття 1. Основи загальної та спортивної патології. 1. Поняття про здоров'я і хворобу. 2. Роль спадковості у виникненні захворювань. Клінічні уявлення про конституцію. 3. Основні форми виникнення, перебігу і закінчення хвороби. 4. Етіологія хвороб. Патогенез хвороб. 5. Основні види патологічних порушень. 6. Причини і умови розвитку хвороб у спортсменів. 7. Гострі та хронічні перенапруження органів та систем у спортсменів.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 19, 22, 26]
28	Л	4	2	2	Тема 6. Заняття 2. Основи загальної патології та спортивної патології. 1. Типові патологічні процеси, їх види. 2. Розлади кровообігу (гіперемія, стаз, ішемія, кровотеча, інфаркт, тромбоз, - емболія). 3. Кровотечі, їх види. 4. Порушення обміну речовин (дистрофія, атрофія, гіпертрофія). 5. Запалення, ознаки, стадії. 6. Пухлина, некроз.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 19, 22, 26]
29	С	2	2	2	<u>Самостійна робота:</u> Основи загальної патології та спортивної патології. Тема 6. Заняття 3. Основи загальної патології та спортивної патології. 1. Причини, стадії розвитку, місцеві та загальні ознаки запального процесу. 2. Стадії розвитку лихоманки та рівні підйому температури тіла. Лихоманка та її пристосувально-захисне значення. 3. Емболія, тромбоз, ішемія та інфаркт. Особливості розвитку у спортсменів. 4. Гіпербіотичні (регенерація, гіпертрофія) та гіпобіотичні (атрофія, дистрофія) процеси. Особливості розвитку у спортсменів. 5. Гіпертрофія міокарда. Причини розриву, ознаки фізіологічної та патологічної гіпертрофії. 6. Роль спадковості в патології. Випадки спадкової патології у спортсменів високого класу. 7. Сучасні методи діагностики алергії.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[2, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 18, 20, 23, 25, 27, 30]
30	ПЗ	4	2	2	Тема 6. Заняття 4. Основи загальної патології та спортивної патології. 1. Дослідження фізичного розвитку та будови тіла у представників різних	ПЕОМ, проектор,	[2, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 18,

6					8	
	2	3	4	5	лазерна указка, тощо	20, 23, 25, 27, 30]
	видів спорту. Зв'язок типу конституції з розвитком патологічних станів. 2. Етіологія та патогенез ОРВІ та грипу, ускладнення. Лікування та профілактика. 3. Етіологія та патогенез гострого кишкового отруєння. Лікування та профілактика. 4. Синдром гострого живота, діагностика, тактика ведення. 5. Печінковий больовий синдром у спортсменів, клінічні ознаки, лікування. <u>Самостійна робота:</u> Основи загальної патології та спортивної патології.					
31	ПЗ	2	2		ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 19, 22, 26]
	Тема 6. Заняття 5. Основи загальної патології та спортивної патології. 1. Гіпертрофія міокарда. Причини розриву, ознаки фізіологічної та патологічної гіпертрофії. Методи діагностики, тактика ведення спортсменів з гіпертрофічною кардіоміопатією. 2. Ішемія, причини виникнення, клініка. 3. Підвищення АТ, діагностика, ускладнення, тактика ведення спортсменів. 4. Атрофія та гіпотрофія м'язів, причини, методи діагностики та лікування. 5. Загальний аналіз крові в діагностиці перенапруження системи крові та імунітета.					
32	Л	4	2	2	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 19, 22, 26]
	Тема 6. Заняття 6. Спортивний травматизм. 1. Види травм. 2. Спортивний травматизм. Загальна характеристика, класифікація. 3. Аналіз причин і механізмів спортивної травми. 4. Профілактика спортивного травматизму. 5. Травматичний шок, його ступені та стадії (фази) розвитку. 6. Принципи надання першої медичної допомоги при спортивній травмі (профілактика ранової інфекції та травматичного шоку). 7. Внутрішня й зовнішня кровотеча. Клінічні ознаки, принципи надання першої медичної допомоги. 8. Перелом, клінічні ознаки, принципи надання першої медичної допомоги. 9. Хронічне перенапруження опорно-рухового апарату у спортсменів. <u>Самостійна робота:</u> Хронічне перенапруження опорно-рухового апарату у спортсменів (підготовка до семінарського заняття).					
33	С	2	2		ПЕОМ, проектор,	[1, 2, 6, 8, 9, 11, 14, 16, 19, 22,

	2	3	4	5	6	8	
					1. Види хронічного фізичного перенапруження м'язів у спортсменів, тактика ведення, профілактика. 2. Мікропошкодження м'язів. Синдром відстроченого початку м'язової болі. 3. Тендіт, визначення, типова локалізація, методи лікування та профілактики. 4. Хронічне перенапруження суглобового хряща, ускладнення, методи лікування та профілактики. 5. Бурсити, причини, методи діагностики, лікування та профілактики. 6. Хронічне перенапруження кісткової тканини (втомні або стресові переломи), причини, профілактика. 7. Тунельні синдроми, типова локалізація, методи лікування та профілактики. 8. Аналіз причин і механізмів спортивної травми. Профілактика спортивного травматизму.	лазерна указка, тощо	24, 28, 29]
34	ПЗ	2	2		Тема 6. Заняття 8. Перша медична допомога при ушкодженнях та травмах у спортсменів (ч. 1). 1. Перша медична допомога при зовнішній кровотечі. 2. Види турнікетів. Правила накладання турнікету. 3. Зупинка носової кровотечі. 4. Перша медична допомога при внутрішній кровотечі. 5. Профілактика травматичного шоку. 6. Поняття про десмургію, види і типи пов'язок. Загальні правила бинтування окремих частин тіла.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[2, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 18, 20, 23, 25, 27, 30]
35	ПЗ	2	2		Тема 6. Заняття 9. Перша медична допомога при ушкодженнях та травмах у спортсменів (ч. 2). 1. Перша медична допомога при переломі та вивиху. Імобілізація кінцівок. 2. Транспортна імобілізація. 3. Перша медична допомога при травмах голови, шиї, хребта, тазу. 4. Опіки. Характеристика, принципи невідкладної допомоги. 5. Ампутація кінцівок, перша медична допомога. 6. Баротравма (високогір'я, хвороба кесонна (декомпресійна)).	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[2, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 18, 20, 23, 25, 27, 30]

	2	3	4	5	6		8	
					Характеристика, принципи невідкладної допомоги.			
36	Л	4	2	2	Тема 6. Заняття 10. Гострі патологічні стани у спортсменів. Серцево-легенева реанімація. 1. Поняття про клінічну і біологічні смерть. 2. Серцево-легенева реанімація. 3. Помилки та можливі ускладнення при серцево-легеневій реанімації. 4. Гострі розлади кровообігу при заняттях спортом: зомління, гравітаційний шок, колапс. Перша медична допомога. 5. Гіпоглікемічний стан. Механізми розвитку, профілактика, перша медична допомога. 6. Тепловий та сонячний удари. Заходи профілактики, перша медична допомога. 7. Холодова травма (переохолодження, замерзання, відмороження). Характеристика, перша медична допомога. 8. Ураження електричним струмом і блискавкою. Характеристика, перша медична допомога. 9. Втоплення, механізми розвитку, профілактика, перша медична допомога. <u>Самостійна робота:</u> Серцево-легенева реанімація. Гострі розлади кровообігу при заняттях спортом. Гіпоглікемія.		ПЕОМ, проєктор, лазерна указка, тощо	
37	ПЗ	2	2	2	Тема 6. Заняття 11. Серцево-легенева реанімація. Гострі розлади кровообігу при заняттях спортом. Гіпоглікемія. 1. Поняття про клінічну і біологічні смерть. 2. Серцево-легенева реанімація. 3. Помилки та можливі ускладнення при серцево-легеневій реанімації. 4. Гострі розлади кровообігу при заняттях спортом: зомління, гравітаційний шок, колапс. Перша медична допомога. 5. Гіпоглікемічний стан. Механізми розвитку, профілактика, перша допомога.		ПЕОМ, проєктор, лазерна указка, тощо	
38	ПЗ	5	2	3	Тема 6. Заняття 12. Перша медична допомога при гострих патологічних станах у спортсменів. 1. Тепловий та сонячний удари. Заходи профілактики, перша медична допомога. 2. Холодова травма (переохолодження, замерзання, відмороження).		ПЕОМ, проєктор, лазерна указка, тощо	

	2	3	4	5	6	8	
					Особливості холодової травми у військових. Траншейна стопа. Характеристика, перша медична допомога. 3. Ураження електричним струмом і блискавкою. Характеристика, перша медична допомога. 4. Втоплення, механізми розвитку, профілактика, перша медична допомога. <u>Самостійна робота:</u> Підготовка до заліку.		
39	3	4	4		Залік. 1. Теоретичне питання за темами №№ 1-6. 2. Методичне завдання за темами №№ 1-6. 3. Тестування за темами №№ 1-6.	ПЕОМ, проектор, лазерна указка, тощо	[1-30]
Всього за навчальну дисципліну		120	80	40	Л – 32 год., С – 8 год., ПЗ – 34 год., РК – 2 год., 3 – 4 год.		

4. Індивідуальні завдання

Робочою програмою навчальної дисципліни не передбачено виконання індивідуальних завдань.

5. Методи навчання

У ході вивчення дисципліни використовуються такі методи навчання: словесні, наочні, показові, практичні, контрольні.

6. Методи контролю успішності навчання

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

Формами контролю знань є: залік.

Вхідний контроль проводиться на початку навчання з метою визначення рівня теоретичних знань, організаційно-методичних навичок та рівня спортивної підготовленості курсантів.

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

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, рефератів, переказ основних думок, робота з контрольними запитаннями, контроль з боку викладача, самооцінка.

Підсумковий контроль за навчальною дисципліною проводиться у формі заліку та включає в себе перевірку рівня теоретичних знань, організаційно-методичних умінь та практичного виконання завдань.

Для проведення заліку використовують тестові завдання, зміст яких визначається матеріалом навчальних занять за темами № 1-6 навчальної дисципліни.

До основних форм діагностики успішності навчання відносяться: контроль; перевірка; оцінювання; накопичення статистичних даних успішності курсантів, їх аналіз; виявлення динаміки, тенденцій.

До основних засобів діагностики успішності навчання відносяться: усне та письмове опитування; залік.

7. Критерії оцінювання результатів навчання

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 та підсумкового видів контролю.

Рейтингова оцінка навчальної дисципліни (**R**) формується як сума всіх рейтингових балів курсанта очної форми навчання:

за відповіді на семінарських (**R_{СЗ}**) заняттях, виконання завдань на практичних заняттях (**R_{ПЗ}**), складання рубіжного контролю (**R_{РК}**), складання заліку **R_З**:

$$R = R_{СЗ} + R_{ПЗ} + R_{РК} + R_{З}$$

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

Результати заліку оцінюються в діапазоні від 0 до 100 балів. У разі, коли відповіді за всі завдання курсанта оцінені менше ніж в 50 балів, він отримує незадовільну оцінку за результатами заліку. Курсант має 2 можливості повторно скласти залік, при цьому для другої спроби, рішенням начальника кафедри, створюється комісія кафедри.

Критерії оцінювання заліку:

90 – 100 – курсант має глибокі, міцні і систематичні знання всіх положень теорії, може не тільки вільно сформулювати, але й самостійно застосовує здобуті знання і вміння в нестандартних ситуаціях, здатний вирішувати проблемні питання. Відповідь курсанта відрізняється точністю формулювань, логікою, достатнім рівнем узагальненості знань.

80 – 89 – курсант знає і може самостійно сформулювати основні визначення та пов'язати їх з реальними явищами, може привести вербальне формулювання основних положень теорії, навести приклади їх застосування в практичній діяльності. Курсант може самостійно застосовувати знання в стандартних ситуаціях, його відповідь логічна.

65 – 79 – курсант знає і може самостійно сформулювати основні визначення та пов'язати їх з реальними явищами, може привести вербальне формулювання основних положень теорії, навести приклади їх застосування в практичній діяльності, але не завжди може їх обґрунтувати. Курсант може самостійно застосовувати знання в стандартних ситуаціях, його відповідь логічна, але розуміння не є узагальненим.

55 – 64 – курсант володіє більшою частиною навчального матеріалу, але викладає його не досить послідовно і логічно, не завжди вміє інтегровано застосувати набуті знання для аналізу конкретних ситуацій, нечітко формулює основні теоретичні положення та причинно-наслідкові зв'язки.

50 – 54 – курсант володіє більшою частиною навчального матеріалу, але викладає його не досить послідовно і логічно, допускає істотні пропуски у відповіді, не завжди вміє інтегровано застосувати набуті знання для аналізу конкретних ситуацій, нечітко, а інколи й невірно формулює основні теоретичні положення та причинно-наслідкові зв'язки.

1 – 49 – відповідь курсанта при відтворенні навчального матеріалу елементарна, фрагментарна, зумовлена нечіткими уявленнями про систему фізичної підготовки. У відповіді цілком відсутня самостійність.

Оцінка за залік не може бути меншою 50 балів для отримання загальної позитивної оцінки за навчальну дисципліну.

Під час визначення рейтингової оцінки навчальної дисципліни (R), отримані бали за залік враховуються з коефіцієнтом 0,3.

Розподіл балів, які отримують слухачі очної форми навчання за залік:

Максимальна/мінімальна оцінка в балах								
Поточне оцінювання та самостійна робота							Залік	Всього
У тому числі за темами						Всього		
Тема 1	Тема 2	Тема 3	Тема 4	Тема 5	Тема 6			
8/4	6/3	14/7	14/7	8/4	20/10	70/35	30/15	100/50

Максимальна кількість балів, яку може отримати слухач за роботу на одному занятті:

Вид заняття (завдання)	Кількість балів
Рубіжний контроль	10
Семінарське	4
Практичне заняття	2
Індивідуальне завдання	-

Умови допуску до заліку

Курсант допускається до заліку, якщо він до підсумкового контролю ліквідував заборгованість за всіма видами робіт, які передбачені індивідуальним навчальним планом (робочою програмою навчальної дисципліни) та набрав не менше ніж 50 % балів від суми рейтингових балів контрольних заходів протягом вивчення тем навчальної дисципліни.

Курсант який набрав протягом вивчення тем навчальної дисципліни та виконання індивідуального завдання рейтингову оцінку менше за 50 % від максимальної кількості балів, до заліку не допускається.

8. Методичне забезпечення

8.1. Методичне забезпечення навчальної дисципліни включає:

1.1. Конспект опорних лекцій всіх тем курс, навчальний посібник “Невідкладні стани під час фізичних навантажень у військовослужбовців”.

1.2. Організаційно-методичні вказівки щодо відпрацювання практичних завдань.

8.2. Перелік типових питань для проведення підсумкового контролю:

2.1. Перелік типових теоретичних питань для проведення підсумкового контролю:

1. Валеологія, як складова частина профілактичної спортивної медицини.

2. Історія розвитку спортивної медицини. Організація спортивної медицини.

4. Оцінка стану здоров'я спортсмена. Принципи надання рекомендацій щодо занять спортом.

6. Вплив занять фізичною культурою на організм.

7. Поняття про конституцію (фізичний розвиток). Вікові особливості розвитку організму (вікові періоди), акселерація, ретардація, гетерозис, гетерохронність. Ростові стрибки (вік).

8. Поняття «вік» (біологічний, паспортний). Конституціональні типи: соматичні, психологічні.

9. Соматоскопія: Постава, Асиметрія, Фізіологічні викривлення хребта (кіфоз, лордоз), Форми грудної клітки, Форма живота, Форма ніг, Форма стопи, Розвиток мускулатури, жирового шару.

10. Антропометрія: Вага, Подовжні та поперечні (широтні) розміри, кільцеві діаметри, Кіфосколіозометрія, Гоніометрія, Динамометрія, Визначення питомої ваги тіла та ін. (фракції тіла)

11. Функціональна діагностика (функціональні проби): зі зміною зовнішнього середовища, фармакологічні, харчові, орто- та клиностатична.

12. Метод антропометричних стандартів:

13. Метод кореляції: Метод індексів: Формули визначення маси тіла та його фракцій, Індекс ваго-ростовий, Індекс життєвий, Індекс Кердо, Індекс маси тіла, Індеси силові, Індекс різничний.

15. Особливості фізичного розвитку у представників різних видів спорту: Легка атлетика, Плавання, Тяжка атлетика, Гімнастика, Боротьба, Баскетбол.

16. Медичне забезпечення. Медичне забезпечення тренувань. Самоконтроль спортсмена. Медичне забезпечення переїздів.

17. Медичне забезпечення змагань. Різновиди умов зовнішнього середовища, адаптація до них. Синдром зміни часових поясів.

18. Медичне забезпечення (щорічне-обов'язкове, етапне, оперативне, поточне). Контроль на статеву приналежність.

19. Медичне забезпечення тренувань. Самоконтроль спортсмена: щоденник спостережень. Медичне забезпечення переїздів.

20. Медичне забезпечення спортивних змагань: обов'язки тренера і лікаря, ступені ризику спорту, заявка і допуск, санітарна розвідка і санітарно-просвітницька робота, профілактика і лікування спортивного травматизму, контроль адаптації до зовнішнього середовища.

21. Допінг. Історія розвитку допінгу. Характеристика поняття «допінг» та історія його розвитку.

22. Класи заборонених речовин. Причини заборони. Фармакологічні препарати.

2.2. Перелік типових методичних завдань для проведення підсумкового контролю:

1. Показати методику проведення проби Летунова.
2. Показати методику проведення проби Генчи та Штанге
3. Показати методику проведення проби на шкірний дермографізм.
4. Показати методику проведення серцево-легеневої реанімації.

2.3. Перелік типових практичних завдань для проведення підсумкового контролю:

1. Написання плану відновлення спортсмена після тренування на витривалість.
2. Написання плану відновлення спортсмена після силових тренувань.
3. Написання плану харчування та відновлення водно-електролітного балансу спортсмена після тренування на витривалість.
4. Написання плану харчування та відновлення водно-електролітного балансу спортсмена після силових тренувань.
5. Оцінка психологічного стану спортсмена за результатами тестування за шкалою САН.
6. Оцінка щоденника самоконтролю спортсмена.

9. Рекомендована література

1. Апанасенко Г.Л., Волгіна Л.Н. та ін. Експрес-скринінг рівня соматичного здоров'я населення при профілактичних оглядах. Методичні рекомендації. – Київ, 2000. – 8 с.
2. Апанасенко Г.Л., Попова Л.А. Медицинская валеология. К.: Здоров'я, 1998. – 247 с.
3. Врачебный контроль в физическом воспитании и спорте: методические рекомендации для студентов IV курса медицинского факультета / Сост.: В.С. Соколовский, Н.А. Романова, В.С. Влагова, И.И. Бондарев. – Одесса: Одесс. гос. мед. ун-т, 2001. – 93с.
4. Гайтон А. Медицинна фізіологія: [підручник] / А. Гайтон, Д. Холл. – К.: Логосфера, 2008. – 1296 с.
5. Домедична допомога на місці події: практич. посіб. / П. Б. Волянський, А. М. Гринзовський, С. О. Гур'єв та ін. ; за заг. ред. П. Б. Волянського та С. О. Гур'єва. – Херсон : ВД "Гельветика", 2020. – 224 с.
6. Допінги і спорт: навч.-метод. посіб. / за ред. П. Д. Плахтія. Кам'янець-Подільський, 2007. 102 с.
7. Ликов О.О., Середенко Л.П., Добровольська Н.О. Лікувальна фізкультура при внутрішніх хворобах: Практикум. – Донецьк: Дон. держ. мед. ун-т, 2002.-163с.
8. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина (Вибрані лекції для студентів) / Абрамов В.В., Клапчук В.В., Смирнова О.Л. та ін.; за ред. проф. В.В Клапчука. – Дніпропетровськ: Медакадемія, 2006. – 179 с.
9. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина: Тестові завдання для контролю знань студентів медичного та стоматологічного факультетів вищих медичних навчальних закладів IV рівнів акредитації (Навчальний посібник) / Абрамов В.В., Клапчук В.В., Магльований А.В., Смирнова О.Л., та ін.; за ред. проф. В.В. Клапчука та проф. А.В. Магльованого. – Дніпропетровськ: Мед академія, 2006. – 124с.
10. Медико-біологічні дисципліни напряму підготовки «фізичне виховання»: основи загальної та часткової фізіології, спортивна фізіологія. Теоретичні аспекти, практичні та ситуаційні задачі: [навч. посібник] / Г. Волохова, О. Кашенко, К.Сидорченко, І. Овчарук. – Одеса: Військова академія, 2014. – 332 с.
11. Медицина невідкладних станів. Екстрена (швидка) медична допомога: підручник / І.С. Зозуля, В.І. Боброва, Г.Г. Рошін та ін.; за ред.. І.С. Зозулі. – 3-є вид., переробл. і допов. – К.: ВСВ «Медицина», 2017, - 960 с.
12. Мурза В. П., Архипов О. А., Хорошуха М. Ф. Спортивна медицина: навч. посібник. Київ: Ун-т "Україна", 2007. 248 с.
13. Спортивна медицина: підручник / за заг ред. В.М. Сокрута. Донецьк: Каштан, 2013. 472 с.

- 28
14. Домедична допомога на місці події: практич. посіб. / П. Б. Волянський, А. М. Гринзовський, С. О. Гур'єв та ін. ; за заг. ред. П. Б. Волянського та С. О. Гур'єва. – Херсон : ВД “Гельветика”, 2020. – 224 с.
 15. Спортивна травматологія. Навчальний посібник / Левенець В.М., Лінко Я.В. Олімпійська література – К., 2008, - 215 с.
 16. Спортивна медицина: практ. рекомендації / пер. з англ. Г. Гончаренко; за ред. Р. Джексона. Київ: Олімпійська література, 2003. 383 с.
 17. Триняк М. Г. Спортивна медицина (лікарський контроль): навч.-метод. посіб. Чернівці: Рута, 2005. 127 с.
 18. Фізіологія. Короткий курс: [навч. посібник для студентів для медичних і фармацевтичних ВНЗ МОЗ України] / О. А. Шандра, Р.С. Вастьянов, Г.О. Волохова, О.А. Кащенко та ін.; за ред. проф. В. М. Мороз, М. В. Йолтуховського – Вінниця: Нова книга, 2015. – 408 с.
 19. Фізична реабілітація, спортивна медицина: підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів / Абрамов В.В., Клапчук В.В., Неханевич О.Б. та ін. – Дніпро: Журфонд, 2014. – 456 с.
 20. Хорошуха М.Ф., Приймаков О.О. Спортивна медицина: навчальний посібник. Київ, 2009. 308 с.
 21. Ендокринна система, спорт і рухова активність: навч. посіб. для викладачів і студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту, мед. ВНЗ и біол. фак. унів: пер. з англ. / під ред. У. Дж. Кремера, А.Д. Рогола. К.: Олімп. літ., 2008. 599 с.

Розробник: