

Міністерство освіти і науки України
Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського
Навчально-науковий гуманітарний інститут
Кафедра медичної реабілітації, валеології та оздоровчих технологій в спорті

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор навчально-наукового
гуманітарного інституту



Сергій ГУБАРЄВ

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОК 32. Основи спортивної медицини

рівень вищої освіти Перший (бакалаврський)
галузь знань I Охорона здоров'я та соціальне забезпечення
спеціальність I7 Терапія та реабілітація
освітньо-професійна програма «Фізична терапія, ерготерапія»
форма(и) здобуття освіти денна

Київ-2025 рік

ЗМІСТ

1	Загальна інформація про навчальну дисципліну	4
2	Опис навчальної дисципліни	5
2.1	Мета, завдання та цілі вивчення дисципліни	5
2.2	Міждисциплінарні зв'язки:	6
3	Перелік компетентностей, яких набувають здобувачі при вивченні дисципліни відповідно до освітньої програми	7
4	Програмні результати навчання відповідно до освітньої програми	7
5	Структура та обсяг навчальної дисципліни	8
5.1	Тематика семінарських занять	10
5.2	Тематика практичних занять Теми практичних занять	12
5.3	Тематика лабораторних занять	14
5.4	Тематика самостійної роботи здобувачів	14
6	Інформація про індивідуальне завдання	15
7	Ресурсне забезпечення навчальної дисципліни	16
8	Політика дисципліни	18
9	Система та критерії оцінювання результатів навчання здобувача	19
9.1	Види контролю, які використовуються під час вивчення дисципліни та форма підсумкового (семестрового) контролю за навчальною дисципліною.	20
9.2	Методи контролю та оцінювання	20
9.3	Критерії оцінювання навчальної діяльності здобувачів, в межах окремих видів навчальних занять, передбачених робочою програмою навчальної дисципліни.	21
9.4	Особливості набору балів за видами навчальної діяльності здобувача для кожної форми здобуття освіти та форми підсумкового (семестрового) контролю.	23
9.5	Шкала оцінювання результатів підсумкового контролю, що використовується в Університеті	24
10	Рекомендовані джерела інформації	25

1 Загальна інформація про навчальну дисципліну

1.1. Назва навчальної дисципліни, код в освітній програмі	Основи спортивної медицини, ОК32
1.2. Статус навчальної дисципліни	Обов'язкова, цикл професійної підготовки
1.3. Рік навчання, семестр у якому викладається дисципліна	4-й рік навчання, 8-й семестр
1.4. Обсяг навчальної дисципліни за формами здобуття освіти	очна (денна)
Кількість кредитів	4
Загальна кількість годин, в тому числі:	120
● аудиторні години	50
лекції	16
семінарські	16
практичні	18
● самостійна робота	70
1.5. Вид підсумкового (семестрового) контролю	Залік
1.6. Інформація про консультації	Згідно затвердженого графіка консультацій
1.7. Мова викладання	Українська
1.8. Прізвище, ім'я, по батькові викладача(ів) (науковий ступінь, вчене звання)	Кандидат медичних наук, Дуднікова Марія Олегівна
1.9. Контактна інформація викладача	dudnikova.mariia@tnu.edu.ua

2 Опис навчальної дисципліни

Анотація дисципліни.

Дисципліна «Основи спортивної медицини» спрямована на формування у здобувачів вищої освіти спеціальності І7 Терапія та реабілітація системного розуміння медико-біологічних основ фізичної активності, адаптації організму до фізичних навантажень, а також причин, механізмів і наслідків порушень функціонального стану у фізично активних осіб та спортсменів.

У процесі вивчення дисципліни розглядаються загальні засади спортивної медицини, її місце у системі охорони здоров'я та реабілітації, особливості впливу фізичних навантажень на органи і системи організму, механізми фізіологічної адаптації, принципи медичного контролю у спорті та фізичній терапії. Значна увага приділяється питанням спортивних травм, перенапруження, перевтоми та перетренованості, а також сучасним підходам до відновлення працездатності та профілактики порушень здоров'я.

Дисципліна поєднує теоретичну підготовку з практичним і семінарським опрацюванням матеріалу, що дає змогу здобувачам набути навичок оцінювання функціонального стану організму, аналізу реакцій на фізичні навантаження та обґрунтування відновлювальних і профілактичних заходів у межах професійної діяльності фізичного терапевта.

Поточний контроль здійснюється у формі усного опитування на практичних заняттях, проміжний контроль — шляхом тестування після кожного модуля, підсумковий контроль — у формі заліку. Передбачене виконання рефератів, презентацій і практичних робіт, що сприяє формуванню професійного мислення, аналітичних умінь і готовності до практичної діяльності у сфері фізичної терапії та реабілітації.

2.1 Мета, завдання та цілі вивчення дисципліни

Метою вивчення дисципліни «Основи спортивної медицини» є формування у здобувачів вищої освіти спеціальності І7 Терапія та реабілітація цілісного уявлення про медико-біологічні основи фізичної активності та спорту, закономірності адаптації організму до фізичних навантажень, механізми виникнення функціональних порушень, травм і перенапружень, а також принципи медичного контролю, відновлення і профілактики порушень здоров'я у фізично активних осіб і спортсменів у контексті професійної діяльності фізичного терапевта.

Завдання дисципліни полягають у:

- засвоєнні основних понять, термінів і положень спортивної медицини;
- ознайомленні з медико-біологічними механізмами впливу фізичних навантажень на органи і системи організму;
- формуванні розуміння процесів адаптації, тренованості та відновлення;
- набутті знань щодо організації та проведення медичного контролю у спорті та фізичній терапії;

- вивченні причин, механізмів і наслідків спортивних травм, перенапруження, перевтоми та перетренованості;
- опануванні загальних принципів відновлення працездатності та профілактики порушень здоров'я у фізично активних осіб.

Цілями вивчення дисципліни є:

- сформувати здатність аналізувати функціональний стан організму під впливом фізичних навантажень;
- навчити оцінювати адекватність реакцій організму на фізичну активність з урахуванням індивідуальних особливостей;
- сформувати вміння обґрунтовувати застосування відновлювальних і профілактичних заходів у межах фізичної терапії;
- підготувати здобувачів вищої освіти до використання знань зі спортивної медицини у практичній діяльності фізичного терапевта.

2.2 Міждисциплінарні зв'язки:

Пререквізити:

ОК 10. Анатомія та фізіологія людини

ОК 13. Біомеханіка та клінічна кінезіологія

ОК 14. Основи фізичної терапії. Вступ до спеціальності

ОК 15. Основи загальної патології та патофізіології

ОК 17. Загальна біохімія та біохімія рухової діяльності

Постреквізити:

ОК 21. Терапевтичні вправи

ОК 24. Фізична терапія, ерготерапія при захворюваннях опорно-рухового апарату

ОК 25. Фізична терапія, ерготерапія при захворюваннях нервової системи

ОК 28. Фізична терапія, ерготерапія у внутрішній медицині

ОК 40. Оздоровчо-рекреаційна рухова активність

Формат проведення дисципліни

Навчальна дисципліна «Основи спортивної медицини» викладається у змішаному форматі з використанням аудиторних та дистанційних форм навчання. Заняття проводяться у формах лекційних, практичних та семінарських занять.

Для організації та супроводу освітнього процесу використовується платформа Google Classroom, яка забезпечує доступ здобувачів вищої освіти до навчальних матеріалів, завдань для самостійної роботи, методичних рекомендацій та зворотного зв'язку. Проведення дистанційних занять, консультацій та обговорень здійснюється з використанням сервісу Google Meet.

Поточний контроль здійснюється у формі усного опитування здобувачів вищої освіти на практичних заняттях з метою перевірки рівня засвоєння теоретичних знань і сформованості практичних умінь.

Проміжний контроль проводиться у формі тестування після вивчення кожного модуля.

Підсумковий контроль здійснюється у формі заліку.

У межах дисципліни передбачене виконання таких видів навчальних завдань: реферату за темами 1.2 та 2.1, двох презентацій за темами 1.1 та 2.4, а також чотирьох практичних завдань (ситуативних кейсів) за темами 1.3, 1.4, 2.2 та 2.3.

3 Перелік компетентностей, яких набувають здобувачі при вивченні дисципліни відповідно до освітньої програми

ІК1 Здатність вирішувати складні спеціалізовані задачі і практичні проблеми професійної діяльності фізичного терапевта з відновлення порушених рухових та пов'язаних з ними функцій опорно-рухового апарату, нервової, серцево-судинної та дихальної систем, які забезпечують активність та участь осіб різних вікових, нозологічних та професійних груп.

ЗК01. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.

ЗК02. Здатність застосувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 03. Здатність до розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК04. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК 06. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 10. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

СК 01. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові і пов'язані з ними функції, що забезпечують активність і участь особи

СК02. Здатність враховувати у практичній діяльності медико-біологічні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти, пов'язані з практикою фізичної терапії.

СК 04. Здатність виконувати компоненти обстеження та контролю у фізичній терапії для збору якісних (спостереження, опитування) і кількісних (вимірювання та тестування) даних, пов'язаних з фізичним станом пацієнта/клієнта, його функціональними можливостями, активністю та участю (додаток 1 до Стандарту).

СК 06. Здатність, за дорученням фізичного терапевта, здійснювати моніторинг реакцій і стану пацієнтів/клієнтів різних професійних, соціальних, нозологічних та вікових груп, під час виконання призначених заходів/тестів, включно з документуванням, звітуванням про отримані результати.

4 Програмні результати навчання відповідно до освітньої

програми

Шифр РН	Програмні результати навчання	Методи навчання	Засоби діагностики / методи оцінювання
РН01	Використовувати рухову активність людини для зміцнення та збереження індивідуального та громадського здоров'я	Лекції, семінарські заняття з аналізом ролі рухової активності у профілактиці порушень здоров'я, практичні заняття з розглядом прикладів застосування фізичної активності у різних груп населення, самостійна робота з навчальними матеріалами	Усне опитування на практичних заняттях, тестування після кожного модуля, підсумковий залік
РН05	Використовувати прикладне програмне забезпечення та інформаційно-комунікаційні технології у професійній діяльності	Лекції з використання цифрових ресурсів у фізичній терапії; підготовка презентації; робота з навчальними матеріалами та завданнями у Google Classroom; комунікація через Google Meet	Поточний контроль активності; модульні тести; екзамен
РН07	Застосовувати знання медико-біологічних, психолого-педагогічних, соціальних аспектів у практиці фізичної терапії; виявляти та враховувати зв'язки різних елементів	Лекції, практичні та семінарські заняття з аналізом міждисциплінарних ситуацій у спортивній медицині, виконання презентації за темами 1.1 або 2.4, самостійне опрацювання теоретичних джерел	Усне опитування на практичних заняттях, тестування після кожного модуля, оцінювання презентацій, підсумковий залік
РН10	Визначати симптоми, синдроми та описувати обмеження функціонування за класифікаторами	Лекції з клінічної симптоматики та класифікацій; семінарські заняття з аналізу функціональних обмежень; практичні заняття з формування реабілітаційних інтервенцій	Усне опитування; виконання практичних робіт; тестування за модулями; екзамен
РН11	Застосовувати компоненти обстеження та контролю у фізичній терапії; використовувати методи й інструменти визначення та вимірювання структурних змін та порушених функцій організму, активності та участі; оцінювати отриману інформацію	Лекції, практичні заняття з відпрацюванням підходів до оцінювання функціонального стану, семінарські заняття з аналізом клінічних прикладів, виконання практичних завдань за темами 1.3, 1.4, 2.2, 2.3	Оцінювання виконання практичних робіт, усне опитування на практичних заняттях, тестування після кожного модуля, підсумковий залік
РН14	Проводити безпечну для	Лекційні заняття з розгляду	Усне опитування,

	пацієнта та фахівця професійну діяльність.	принципів безпеки та профілактики ускладнень, практичні заняття з дотримання вимог безпеки під час виконання фізичних вправ і процедур, самостійне опрацювання інструктивних матеріалів.	тестування, оцінювання практичних робіт, екзамен.
PH16	Здійснювати ефективну професійну комунікацію у різних формах	Семинарські заняття з обговорення клінічних випадків; групова робота; презентація результатів виконаних завдань; комунікація у змішаному форматі навчання	Усне опитування; оцінювання презентації; поточний контроль участі в обговореннях; екзамен
PH18	Оцінювати результати виконання заходів фізичної терапії, використовуючи відповідний інструментарій (згідно додатку 2 до Стандарту), та за потреби, модифікувати поточну діяльність.	Лекційні заняття з питань моніторингу результатів фізичної терапії, семинарські заняття з аналізу динаміки функціонального стану пацієнта, практичні заняття з порівняння результатів первинного та повторного обстеження, самостійна підготовка навчальних матеріалів і презентації.	Усне опитування, тестування після кожного модуля, оцінювання презентації, аналіз виконаних практичних завдань, підсумковий екзамен.
PH19	Оцінювати себе критично, засвоювати нову фахову інформацію, поглиблювати знання з допомогою самоосвіти, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег	Самостійна робота, виконання реферату за темами 1.2 або 2.1, підготовка презентацій, участь у семинарських обговореннях, аналіз професійних кейсів	Оцінювання реферату, усне опитування на практичних заняттях, тестування після кожного модуля, підсумковий залік

5 Структура та обсяг навчальної дисципліни

Назви модулів і тем	Кількість годин				
	денна форма навчання				
	усього годин	у тому числі			
Л		Сем	Пр	СР	
1	2	3	4	5	6
МОДУЛЬ 1. ЗАГАЛЬНІ ЗАСАДИ СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ ТА АДАПТАЦІЯ ДО ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ	60	8	8	8	36
Тема 1.1. Спортивна медицина та її місце у системі охорони здоров'я і реабілітації Поняття спортивної медицини та її завдання. Місце спортивної медицини в системі охорони здоров'я. Взаємозв'язок спортивної медицини з фізичною терапією та реабілітацією. Основні напрями спортивно-медичного забезпечення фізично активних осіб і	15	2	2	2	9

1	2	3	4	5	6
спортсменів. Роль фізичного терапевта у спортивно-медичному супроводі					
Тема 1.2. Фізичні навантаження та їх вплив на організм людини Поняття фізичного навантаження у спортивній медицині. Класифікація фізичних навантажень за інтенсивністю, обсягом і характером. Фізіологічні механізми впливу навантажень на органи і системи. Загальні закономірності реакції організму на фізичну роботу	15	2	2	2	9
Тема 1.3. Адаптація організму до фізичних навантажень Поняття адаптації та тренуваності. Короткочасна і довготривала адаптація. Адаптаційні зміни з боку серцево-судинної, дихальної, м'язової та нервової систем. Вікові та індивідуальні особливості адаптації. Межі фізіологічної адаптації	15	2	2	2	9
Тема 1.4. Медичний контроль у спорті та фізичній терапії Поняття і завдання медичного контролю. Види медичного контролю у спортивній медицині. Основні показники оцінювання функціонального стану організму. Показання та обмеження до фізичних навантажень. Вимоги до безпеки під час проведення тренувальних і реабілітаційних занять	15	2	2	2	9
МОДУЛЬ 2. ПОРУШЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ, ТРАВМИ ТА ВІДНОВЛЕННЯ У СПОРТИВНІЙ МЕДИЦИНІ	60	8	8	10	34
Тема 2.1. Спортивні травми та їх медико-біологічні основи Поняття спортивної травми. Класифікація спортивних травм. Механізми виникнення гострих і хронічних ушкоджень. Фактори ризику травматизму у спорті та фізичній активності. Загальні принципи профілактики травм	15	2	2	2	9
Тема 2.2. Перенапруження, перевтома та перетренованість Поняття фізичного перенапруження та перевтоми. Синдром перетренованості, його причини та клінічні прояви. Ознаки порушення відновлення. Наслідки хронічних перенапружень для здоров'я. Роль фізичного терапевта у профілактиці та корекції функціональних порушень	15	2	2	2	9
Тема 2.3. Відновлення у спортивній медицині Поняття відновлення та його значення у спортивній медицині. Класифікація відновлювальних засобів. Активні та пасивні методи відновлення. Використання фізичних вправ, масажу та фізіотерапевтичних чинників у системі відновлення працездатності	16	2	2	4	8
Тема 2.4. Профілактика порушень здоров'я у фізично активних осіб	14	2	2	2	8

1	2	3	4	5	6
Основні напрями профілактики у спортивній медицині. Раціоналізація фізичних навантажень. Значення режиму праці, відпочинку та відновлення. Освітня і консультативна роль фізичного терапевта у формуванні здоров'язбережувальної поведінки					
РАЗОМ	<i>годин</i>	120	16	16	18
	<i>кредитів</i>	4			
<i>Підсумковий (семестровий) контроль</i>		<i>залік</i>			

5.1 Тематика семінарських занять

П/н	Теми семінарських занять	Кількість годин
		Очна (денна)
1.	<p>Тема 1.1. Спортивна медицина та її місце у системі охорони здоров'я і реабілітації Семінарське заняття 1 Мета семінарського заняття: поглибити розуміння сутності спортивної медицини, її завдань і місця у системі охорони здоров'я та фізичної терапії, сформувані усвідомлення професійної ролі фізичного терапевта у спортивно-медичному супроводі. Зміст семінарського заняття: обговорення предмета і завдань спортивної медицини; аналіз місця спортивної медицини у системі реабілітаційної допомоги; дискусія щодо ролі фізичного терапевта у роботі з фізично активними особами та спортсменами; заслуховування та обговорення навчальних повідомлень і презентацій за темою</p>	2
2.	<p>Тема 1.2. Фізичні навантаження та їх вплив на організм людини Семінарське заняття 2 Мета семінарського заняття: сформувані цілісне уявлення про вплив фізичних навантажень на організм людини та навчити аналізувати реакції основних органів і систем у процесі фізичної активності. Зміст семінарського заняття: обговорення поняття фізичного навантаження та його основних характеристик; аналіз класифікації фізичних навантажень у спортивній медицині; дискусія щодо позитивного та негативного впливу фізичної активності на організм; обговорення матеріалів рефератів за темою</p>	2
3.	<p>Тема 1.3. Адаптація організму до фізичних навантажень Семінарське заняття 3 Мета семінарського заняття: поглибити знання про механізми адаптації організму до фізичних навантажень та сформувані вміння оцінювати межі фізіологічної адаптації.</p>	2

П/н	Теми семінарських занять	Кількість годин
		Очна (денна)
	Зміст семінарського заняття: обговорення понять адаптації та тренуваності; аналіз адаптаційних змін з боку різних органів і систем; дискусія щодо вікових та індивідуальних особливостей адаптації; аналіз прикладів адаптаційних реакцій у фізично активних осіб	
4.	Тема 1.4. Медичний контроль у спорті та фізичній терапії Семінарське заняття 4 Мета семінарського заняття: сформувати розуміння значення медичного контролю у спортивній медицині та фізичній терапії і його ролі у забезпеченні безпеки фізичних навантажень. Зміст семінарського заняття: обговорення видів і завдань медичного контролю; аналіз показників оцінювання функціонального стану організму; дискусія щодо показань і обмежень до фізичних навантажень; обговорення результатів практичних робіт за темою	2
5.	Тема 2.1. Спортивні травми та їх медико-біологічні основи Семінарське заняття 5 Мета семінарського заняття: сформувати уявлення про причини, механізми виникнення та наслідки спортивних травм, а також значення їх профілактики у професійній діяльності фізичного терапевта. Зміст семінарського заняття: обговорення поняття та класифікації спортивних травм; аналіз механізмів гострих і хронічних ушкоджень; дискусія щодо факторів ризику травматизму у спорті; обговорення матеріалів рефератів за темою	2
6.	Тема 2.2. Перенапруження, перевтома та перетренованість Семінарське заняття 6 Мета семінарського заняття: поглибити знання про функціональні порушення, пов'язані з надмірними фізичними навантаженнями, та сформувати навички їх своєчасного виявлення. Зміст семінарського заняття: обговорення понять перенапруження, перевтоми та перетренованості; аналіз клінічних проявів порушень відновлення; дискусія щодо ролі фізичного терапевта у профілактиці перенапружень; аналіз результатів практичних робіт за темою	2
7.	Тема 2.3. Відновлення у спортивній медицині Семінарське заняття 7 Мета семінарського заняття: сформувати розуміння значення відновлення у спортивній медицині та навчити обґрунтовувати вибір відновлювальних заходів. Зміст семінарського заняття: обговорення поняття та принципів відновлення; аналіз активних і пасивних методів відновлення;	2

П/н	Теми семінарських занять	Кількість годин
		Очна (денна)
	дискусія щодо застосування засобів фізичної терапії у відновленні працездатності; обговорення результатів практичних робіт	
8.	Тема 2.4. Профілактика порушень здоров'я у фізично активних осіб Семінарське заняття 8 <i>Мета семінарського заняття:</i> сформувані системне уявлення про профілактику порушень здоров'я у спорті та фізичній активності та роль фізичного терапевта у здоров'язбережувальній діяльності. <i>Зміст семінарського заняття:</i> обговорення основних напрямів профілактики у спортивній медицині; аналіз значення раціонального фізичного навантаження та режиму відновлення; дискусія щодо освітньої та консультативної ролі фізичного терапевта; заслуховування та обговорення навчальних презентацій за темою	2
	Всього	16

5.2 Тематика практичних занять Теми практичних занять

П/н	Теми практичних занять	Кількість годин
		Очна (денна)
1.	Тема 1.1. Спортивна медицина та її місце у системі охорони здоров'я і реабілітації Практичне заняття 1 <i>Мета практичного заняття:</i> сформувані розуміння основних завдань спортивної медицини та ролі фізичного терапевта у спортивно-медичному супроводі фізично активних осіб. <i>Зміст практичного заняття:</i> аналіз напрямів спортивно-медичного забезпечення; розбір професійних ситуацій діяльності фізичного терапевта у спорті; обговорення міждисциплінарної взаємодії у системі охорони здоров'я та реабілітації; виконання ситуаційних завдань	2
2.	Тема 1.2. Фізичні навантаження та їх вплив на організм людини Практичне заняття 2 <i>Мета практичного заняття:</i> навчити аналізувати вплив різних видів фізичних навантажень на організм людини з урахуванням їх інтенсивності та спрямованості. <i>Зміст практичного заняття:</i> аналіз характеристик фізичних навантажень; оцінювання реакцій організму на фізичну активність; розбір прикладів позитивного та негативного впливу навантажень;	2

П/н		Кількість годин
		Очна (денна)
	виконання індивідуальних навчальних завдань	
3.	<p>Тема 1.3. Адаптація організму до фізичних навантажень Практичне заняття 3 Мета практичного заняття: сформувати навички оцінювання адаптаційних реакцій організму до фізичних навантажень. Зміст практичного заняття: аналіз показників адаптації та тренуваності; оцінювання меж фізіологічної адаптації; розбір прикладів адаптаційних змін у різних груп населення; виконання практичної роботи за темою</p>	2
4.	<p>Тема 1.4. Медичний контроль у спорті та фізичній терапії Практичне заняття 4 Мета практичного заняття: навчити застосовувати елементи медичного контролю для оцінювання функціонального стану організму та безпеки фізичних навантажень. Зміст практичного заняття: ознайомлення з видами медичного контролю; аналіз показників функціонального стану; розбір показань та обмежень до фізичних навантажень; виконання практичної роботи за темою</p>	2
5.	<p>Тема 2.1. Спортивні травми та їх медико-біологічні основи Практичне заняття 5 Мета практичного заняття: сформувати навички аналізу причин та механізмів виникнення спортивних травм і обґрунтування профілактичних заходів. Зміст практичного заняття: аналіз типових спортивних травм; визначення факторів ризику травматизму; розбір прикладів гострих і хронічних ушкоджень; виконання практичного завдання</p>	2
6.	<p>Тема 2.2. Перенапруження, перевтома та перетренованість Практичне заняття 6 Мета практичного заняття: навчити виявляти ознаки перенапруження та порушень відновлення у фізично активних осіб. Зміст практичного заняття: аналіз клінічних проявів перевтоми та перетренованості; оцінювання факторів, що сприяють розвитку перенапруження; розбір ситуаційних завдань; виконання практичної роботи за темою</p>	2
7.	<p>Тема 2.3. Відновлення у спортивній медицині Практичне заняття 7 Мета практичного заняття: сформувати уявлення про основні підходи до відновлення працездатності у спортивній медицині. Зміст практичного заняття: аналіз активних і пасивних методів відновлення;</p>	4

П/н		Кількість годин
		Очна (денна)
	<p>обговорення показань до застосування відновлювальних заходів; розбір прикладів використання засобів фізичної терапії; виконання практичного завдання</p> <p>Практичне заняття 8 <i>Мета практичного заняття:</i> навчити обґрунтовувати вибір відновлювальних заходів з урахуванням функціонального стану та рівня фізичного навантаження.</p> <p><i>Зміст практичного заняття:</i> складання алгоритмів відновлення; аналіз індивідуальних особливостей відновних процесів; розбір клінічних і навчальних кейсів; оформлення та захист результатів практичної роботи.</p>	
8.	<p>Тема 2.4. Профілактика порушень здоров'я у фізично активних осіб</p> <p>Практичне заняття 9 <i>Мета практичного заняття:</i> сформувані навички планування профілактичних заходів для збереження здоров'я фізично активних осіб.</p> <p><i>Зміст практичного заняття:</i> аналіз напрямів профілактики у спортивній медицині; оцінювання ролі раціонального фізичного навантаження; розбір прикладів профілактичних програм; обговорення та презентація навчальних результатів.</p>	2
	Всього	18

5.3 Тематика лабораторних занять

Лабораторні заняття програмою не передбачені.

5.4 Тематика самостійної роботи здобувачів

п/н	Зміст навчального матеріалу	Вид діяльності	Кількість годин
1	Тема 1.1. Спортивна медицина та її місце у системі охорони здоров'я і реабілітації	Самостійне опрацювання лекційного матеріалу; узагальнення понять і завдань спортивної медицини; аналіз ролі фізичного терапевта у спортивно-медичному супроводі; підготовка та оформлення презентації за темою	9
2	Тема 1.2. Фізичні навантаження та їх вплив на організм людини	Опрацювання навчальних і науково-методичних джерел; аналіз впливу різних видів фізичних навантажень на органи і системи; підготовка реферату за темою	9
3	Тема 1.3. Адаптація організму до фізичних навантажень	Самостійне вивчення теоретичних матеріалів; аналіз механізмів адаптації та тренуваності; виконання практичної	9

		роботи з оцінювання адаптаційних реакцій	
4	Тема 1.4. Медичний контроль у спорті та фізичній терапії	Опрацювання навчальних матеріалів; систематизація видів і завдань медичного контролю; аналіз показників функціонального стану; виконання практичної роботи	9
5	Тема 2.1. Спортивні травми та їх медико-біологічні основи	Самостійне опрацювання навчальних джерел; аналіз механізмів виникнення спортивних травм; узагальнення факторів ризику; підготовка реферату за темою	9
6	Тема 2.2. Перенапруження, перевтома та перетренованість	Вивчення теоретичних матеріалів; аналіз причин і клінічних проявів перенапруження; виконання практичної роботи з оцінювання функціональних порушень	9
7	Тема 2.3. Відновлення у спортивній медицині	Самостійне опрацювання навчальних джерел; аналіз активних і пасивних методів відновлення; виконання практичної роботи з обґрунтування відновлювальних заходів	8
8	Тема 2.4. Профілактика порушень здоров'я у фізично активних осіб	Аналіз навчальної літератури; систематизація знань щодо профілактики травм і функціональних порушень; підготовка та оформлення презентації за темою	8
	Всього		70

6 Інформація про індивідуальне завдання

Робочою програмою дисципліни «Основи спортивної медицини» передбачено виконання індивідуальних навчальних завдань як складової поточного контролю. Індивідуальні завдання спрямовані на поглиблення і систематизацію теоретичних знань здобувачів вищої освіти, розвиток аналітичного та клінічного мислення, формування здатності застосовувати знання зі спортивної медицини у професійній діяльності фізичного терапевта.

Індивідуальна робота реалізується у формах практичних робіт, аналітичних і узагальнювальних завдань, рефератів та презентацій відповідно до тематики дисципліни та логіки змістових модулів.

6.1 Практичні завдання (ситуативні кейси)

1. Аналіз адаптаційних реакцій організму на фізичні навантаження різної інтенсивності.
2. Оцінювання меж фізіологічної адаптації та ознак її порушення у фізично активних осіб.
3. Аналіз показників функціонального стану організму в системі медичного контролю у спорті та фізичній терапії.
4. Обґрунтування показань і обмежень до фізичних навантажень з позиції безпеки пацієнта.
5. Аналіз причин і механізмів розвитку перенапруження та перевтоми.

6. Оцінювання клінічних ознак перетренованості та порушень відновлення.
7. Аналіз ефективності активних і пасивних методів відновлення у спортивній медицині.
8. Обґрунтування вибору відновлювальних заходів з урахуванням функціонального стану та характеру фізичних навантажень.
9. Порівняльний аналіз підходів до відновлення працездатності у спорті та фізичній терапії.
10. Узагальнення ролі фізичного терапевта у системі спортивно-медичного контролю та відновлення.

6.2 Орієнтовні теми рефератів

1. Фізичні навантаження як чинник формування та збереження здоров'я людини.
2. Вплив фізичної активності на органи і системи організму: медико-біологічні аспекти.
3. Спортивні травми: причини виникнення та основні напрями профілактики.
4. Роль фізичного терапевта у профілактиці травматизму та функціональних порушень.
5. Спортивна медицина у системі сучасної реабілітаційної допомоги.

6.3 Орієнтовні теми презентацій

1. Спортивна медицина та її місце у системі охорони здоров'я і реабілітації.
2. Роль фізичного терапевта у спортивно-медичному супроводі фізично активних осіб.
3. Профілактика порушень здоров'я у спорті та фізичній активності.
4. Значення раціонального фізичного навантаження та відновлення у збереженні здоров'я.
5. Сучасні підходи до профілактики травм і перенапружень у спортивній медицині.

7 Ресурсне забезпечення навчальної дисципліни

Засоби навчання:

- навчально-методичні матеріали дисципліни (робоча програма, силабус, конспекти лекцій, методичні рекомендації до практичних і семінарських занять);
- презентаційні матеріали до лекцій і семінарських занять;
- завдання для практичних робіт, самостійної та індивідуальної роботи здобувачів вищої освіти;
- ситуаційні та аналітичні кейси з дисципліни «Основи спортивної медицини»;
- тестові завдання для поточного та проміжного контролю;

- мультимедійні засоби навчання (комп'ютер, мультимедійний проєктор, екран);
- платформа Google Classroom для розміщення навчальних матеріалів, завдань, організації самостійної роботи та зворотного зв'язку;
- сервіс Google Meet для проведення дистанційних лекцій, практичних і семінарських занять, консультацій та обговорень;
- навчальна та науково-методична література з питань спортивної медицини, фізичної терапії та реабілітації;
- інформаційні ресурси мережі Інтернет, зокрема електронні освітні платформи та професійні ресурси за напрямом дисципліни.

Для проведення занять з дисципліни «Основи спортивної медицини» використовуються:

- шведська стінка Ladas Lider для демонстрації та аналізу рухових дій, оцінювання впливу фізичних навантажень на опорно-руховий апарат і поставу;
- степ-платформа Generation Fitness для моделювання аеробних і функціональних навантажень та аналізу реакцій серцево-судинної і дихальної систем;
- реабілітаційні бруси з перешкодами Антон БРХП для ілюстрації механізмів навантаження під час ходьби та факторів ризику травматизму;
- реабілітаційні сходи з різним кроком Tia-Sport для аналізу впливу навантаження на нижні кінцівки та адаптаційних реакцій організму;
- балансувальна платформа кільце SNS YJ05-G для демонстрації порушень координації, рівноваги та оцінювання функціонального стану нервово-м'язової системи;
- м'ячі для фітнесу FitGo (650 мм) для моделювання вправ різної інтенсивності та аналізу стабілізаційних механізмів;
- обважнювачі-манжети для рук і ніг Zelart та FitGo для ілюстрації дозованих силових навантажень і їх впливу на організм;
- медболи IronMaster (1 кг) та Record Medicine Ball (3 кг) для аналізу динамічних силових навантажень і механізмів втоми;
- набір гантелей PowerPlay Fitness Dumbbells для демонстрації різних режимів м'язової роботи;
- масажні ролики EasyFit Grid Roller Extreme та PowerPlay Mini EPP Foam Roller для ознайомлення з пасивними методами відновлення;
- напівсфери масажні EasyFit для демонстрації навантажень на стабілізуючі м'язові групи;
- валики та напіввалики для реабілітації і масажу EasyFit та 4Fizio для аналізу впливу масажу на відновлення працездатності;
- масажні м'ячі EasyFit Goober та Zelart Duoball для ілюстрації локального впливу на м'язи та фасції;
- інверсійний стіл Fit-On Taurus для демонстрації змін навантаження на хребет і суглоби;

- ролер для ходьби 4Fizio для аналізу біомеханіки руху та факторів профілактики перевантажень;
- ростомір медичний підлоговий Aton РМ-П для антропометричних вимірювань у межах медичного контролю;
- рулетка спортивна (стрічка мірна) геодезична Star Brand для оцінювання довжин сегментів тіла та просторових параметрів руху.

Зазначене обладнання забезпечує можливість опрацювання тем дисципліни, зокрема аналізу впливу фізичних навантажень на організм, процесів адаптації, медичного контролю у спорті, причин виникнення спортивних травм, перенапруження та перевтоми, а також обґрунтування відновлювальних і профілактичних заходів у діяльності фізичного терапевта.

Інформаційне та навчально-методичне забезпечення:

- 1) Робоча програма навчальної дисципліни
- 2) Силабус дисципліни
- 3) Методичні рекомендації для підготовки до практичних занять та самостійної роботи
- 4) Перелік основної й додаткової літератури вказано в робочій програмі,

8 Політика дисципліни

Політика щодо академічної доброчесності	Під час вивчення дисципліни здобувачі вищої освіти повинні дотримуватися засад академічної доброчесності. Усі навчальні роботи мають виконуватися самостійно та відображати фактичний рівень засвоєння теоретичного матеріалу, уміння аналізувати інформацію й формулювати обґрунтовані висновки. Порушення принципів доброчесності, зокрема плагіат, списування або інші неетичні дії, є неприпустимими та тягнуть за собою незарахування відповідного виду навчальної роботи.
Використання інструментів штучного інтелекту при виконанні завдань з дисципліни	Застосування інструментів штучного інтелекту допускається виключно як допоміжний засіб для ознайомлення з темою, уточнення понять або структурування матеріалу. Усі отримані за їх допомогою результати мають бути доопрацьовані здобувачем, осмислені та адаптовані відповідно до вимог конкретного завдання. Подання робіт без власного аналітичного внеску не допускається.
Використання матеріалів з джерел відкритого доступу	Під час виконання навчальних завдань дозволяється використання матеріалів із відкритих інформаційних джерел за умови обов'язкового дотримання правил коректного цитування. Усі запозичені ідеї, положення чи фрагменти тексту повинні супроводжуватися посиланнями на першоджерела відповідно до встановлених вимог.
Дотримання принципів та норм етики і професійної деонтології	У процесі навчання здобувачі вищої освіти зобов'язані дотримуватися норм професійної етики, принципів деонтології та академічної культури. Передбачається коректна, доброзичлива та взаємоповажна комунікація з усіма учасниками освітнього процесу, а також неухильне дотримання правил внутрішнього розпорядку

	Університету.
Відвідування	Відвідування лекційних, практичних і семінарських занять є обов'язковою складовою навчального процесу. У разі пропуску занять з поважних причин здобувач повинен завчасно повідомити викладача та виконати завдання, передбачені для опрацювання пропущеного матеріалу.
Дедлайни	Навчальні завдання подаються у строки, визначені робочою програмою дисципліни та викладачем. Порухення встановлених термінів без обґрунтованих причин може вплинути на підсумкову оцінку або стати підставою для незарахування відповідного виду роботи.
Визнання та перезарахування здобувачу результатів навчання з навчальної дисципліни	Результати навчання, здобуті в інших закладах вищої освіти або в межах програм академічної мобільності, можуть бути визнані та зараховані відповідно до чинних нормативних актів і процедур, затверджених в Університеті.
Визнання результатів навчання, здобутих у неформальній та/або інформальній освіті	Результати навчання, отримані у процесі неформальної та/або інформальної освіти, можуть бути зараховані за умови їх відповідності програмним результатам навчання дисципліни та згідно з установленим Університетом порядком (платформи: Physiopedia Plus, Академія НСЗУ, Prometheus)
Порядок відпрацювання пропущених занять	Заняття, пропущені з поважних причин, підлягають обов'язковому відпрацюванню. Відпрацювання здійснюється шляхом виконання індивідуальних завдань, підготовки письмових або усних відповідей і їх захисту у строки, визначені викладачем.
Оцінювання	Оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти здійснюється відповідно до затверджених критеріїв і положень з урахуванням результатів поточного, проміжного та підсумкового контролю.

9 Система та критерії оцінювання результатів навчання здобувача

9.1 Види контролю, які використовуються під час вивчення дисципліни та форма підсумкового (семестрового) контролю за навчальною дисципліною.

Оцінювання результатів навчання з дисципліни «Основи спортивної медицини» здійснюється протягом усього періоду навчання та має системний і поетапний характер. Формою підсумкового (семестрового) контролю з дисципліни є залік.

Поточний контроль проводиться під час лекційних, практичних і семінарських занять, а також у процесі перевірки результатів самостійної та індивідуальної роботи здобувачів вищої освіти. Він спрямований на визначення рівня засвоєння теоретичних положень спортивної медицини, розуміння медико-біологічних механізмів впливу фізичних навантажень,

сформованості практичних умінь оцінювання функціонального стану організму та здатності аналізувати професійно орієнтовані ситуації.

У межах поточного контролю враховуються результати усного опитування на практичних заняттях, виконання та захист практичних робіт, підготовка і представлення презентацій та рефератів відповідно до тематики дисципліни. Проміжний контроль здійснюється у формі тестування після завершення кожного змістового модуля і є складовою загальної системи оцінювання.

Результати самостійної та індивідуальної роботи здобувачів вищої освіти враховуються під час формування підсумкової семестрової оцінки. Здобувач, який за результатами поточного та проміжного контролю не набрав мінімально необхідної кількості балів (60 балів), вважається таким, що не виконав вимоги навчальної дисципліни, та має академічну заборгованість.

9.2 Методи контролю та оцінювання

У процесі вивчення дисципліни використовується комплекс взаємопов'язаних методів контролю, спрямованих на всебічне та об'єктивне оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти. Оцінювання передбачає перевірку як рівня засвоєння теоретичних знань, так і здатності застосовувати їх у практичній діяльності фізичного терапевта.

До основних методів контролю належать усне опитування під час практичних занять, оцінювання виконання та захисту практичних робіт, перевірка письмових і аналітичних завдань, презентацій і рефератів, а також тестовий контроль знань. Тестування використовується як інструмент проміжного контролю та дає змогу оцінити повноту, системність і логічність засвоєння навчального матеріалу за кожним модулем.

Поєднання різних методів оцінювання забезпечує можливість визначити рівень сформованості програмних результатів навчання, розвиток аналітичного та клінічного мислення, уміння обґрунтовувати професійні рішення і дотримуватися вимог безпеки під час роботи з фізично активними особами. Такий підхід гарантує прозорість, об'єктивність і відповідність системи оцінювання цілям та змісту дисципліни.

9.3 Критерії оцінювання навчальної діяльності здобувачів, в межах окремих видів навчальних занять, передбачених робочою програмою навчальної дисципліни.

Оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти з дисципліни «Основи спортивної медицини» здійснюється з урахуванням специфіки змісту навчального матеріалу, форм організації освітнього процесу та очікуваних програмних результатів навчання. Критерії оцінювання спрямовані на перевірку рівня засвоєння медико-біологічних основ спортивної медицини, сформованості практичних умінь оцінювання функціонального стану організму, аналізу впливу фізичних навантажень, а також здатності до

професійного аналізу та аргументованого прийняття рішень у межах діяльності фізичного терапевта.

Оцінювання захисту презентацій, рефератів

1 бал – завдання виконано фрагментарно; поданий матеріал має поверхневий характер і частково відповідає темі; відсутня логічна структура викладу; допущені істотні помилки у тлумаченні понять спортивної медицини; фахова термінологія використовується некоректно; здобувач не може аргументувати власні положення під час захисту роботи.

2 бали – завдання виконано загалом правильно; основні положення теми висвітлено, однак без належної глибини; структура роботи в цілому сформована, проте потребує уточнення; наявні окремі неточності у використанні термінології або формулюванні висновків; відповіді на запитання є правильними, але недостатньо аргументованими.

3 бали – завдання виконано повністю відповідно до теми; матеріал викладено послідовно й логічно; зміст демонструє розуміння впливу фізичних навантажень та адаптаційних процесів; професійна термінологія застосовується коректно; висновки є обґрунтованими; здобувач упевнено захищає роботу та аргументує власну позицію.

Оцінювання усних відповідей під час практичних і семінарських занять

1 бал – відповідь є неповною або несистемною; ключові поняття подано неточно; відсутнє чітке розуміння змісту теми та взаємозв'язків між елементами спортивно-медичного супроводу.

2 бали – відповідь у цілому правильна, але недостатньо розгорнута; окремі аспекти теми подано без належного обґрунтування; допускаються неточності у формулюваннях; використовується базова фахова термінологія.

3 бали – відповідь повна, логічно вибудована й аргументована; основні поняття визначено коректно; здобувач демонструє розуміння медико-біологічних механізмів та їх значення для фізичної терапії і реабілітації.

Оцінювання доповнень до відповідей

1 бал – доповнення має описовий характер, відображає окремих аспект теми без аналізу або пояснення його значення у спортивній медицині.

2 бали – доповнення є змістовним, логічно пов'язаним з основною відповіддю, містить обґрунтоване пояснення або приклад застосування знань зі спортивної медицини у професійній діяльності.

Критерії оцінювання практичних завдань (ситуативних кейсів)

Оцінювання практичних робіт здійснюється з урахуванням здатності здобувача аналізувати професійно орієнтовані ситуації, оцінювати функціональний стан організму, обґрунтовувати вибір профілактичних та відновлювальних заходів, а також дотримуватися принципів безпеки під час роботи з фізично активними особами.

4 бали – практичну роботу виконано самостійно та в повному обсязі; ситуацію проаналізовано комплексно; запропоновані рішення є доцільними, безпечними та логічно обґрунтованими; висновки відповідають

функціональному стану та характеру фізичних навантажень; здобувач упевнено захищає роботу.

3 бали – практичне завдання виконано правильно, але з окремими неточностями в аналізі або формулюванні висновків; загальна логіка збережена; аргументація рішень є достатньою, проте не повністю розгорнутою.

2 бали – завдання виконано частково; аналіз ситуації поверхневий; допущені помилки у визначенні пріоритетів або інтерпретації функціонального стану; під час захисту виникають труднощі з поясненням прийнятих рішень.

1 бал – практичну роботу виконано неповністю; запропоновані рішення є необґрунтованими або потенційно небезпечними; відсутнє розуміння базових принципів спортивної медицини та фізичної терапії.

Запропоновані критерії забезпечують прозоре, послідовне та об'єктивне оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти з урахуванням змісту, професійної спрямованості та практичного характеру дисципліни «Основи спортивної медицини».

Критерії оцінювання презентації, доповідей, рефератів, схем

Таблиця 5

Критерії оцінювання презентації, реферату

Кількість балів	Мета	Висновки	Ключові положення	Структура
4–5 балів	Мета роботи чітко сформульована, безпосередньо пов'язана з проблематикою спортивної медицини та фізичної терапії; поставлені завдання відповідають темі (фізичні навантаження, адаптація, контроль, відновлення, профілактика) і повністю реалізовані	Висновки логічно впливають із змісту роботи, є аргументованими та демонструють розуміння медико-біологічних механізмів, впливу фізичних навантажень і значення спортивно-медичного супроводу	Ключові положення підібрані коректно, відображають сутність теми, розкривають її прикладне значення для діяльності фізичного терапевта	Робота має чітку, послідовну структуру; матеріал викладено логічно, з обґрунтованими переходами між розділами та узагальненням результатів
2–3 бали	Мета роботи загалом відповідає темі, однак сформульована надто узагальнено або	Висновки подано, але вони не завжди достатньо пов'язані з метою або недостатньо обґрунтовані з позицій	Основні положення визначені, проте подані фрагментарно, з переважанням опису без	Загальна структура збережена, однак спостерігається порушення логіки викладу або

	реалізована частково; окремі завдання розкриті поверхово	спортивної медицини та фізичної терапії	чіткого акценту на практичному застосуванні	нерівномірний розподіл матеріалу між частинами роботи
1 бал	Мета сформульована нечітко або не відповідає заявленій темі; зміст роботи не демонструє спрямованості на завдання дисципліни	Висновки мають загальний або декларативний характер, не відображають суті розглянутих процесів і не пов'язані зі змістом роботи	Ключові положення визначені неповно або випадково; відсутній аналіз значення теми для спортивної медицини та реабілітаційної практики	Структура роботи порушена; матеріал подано хаотично, без логічної послідовності, що ускладнює сприйняття змісту

9.4 Особливості набору балів за видами навчальної діяльності здобувача для кожної форми здобуття освіти та форми підсумкового (семестрового) контролю.

Розподіл балів за темами занять для заліку

Поточне оцінювання та самостійна робота												ПТ	ДБ
Модуль 1						Модуль 2							
	1.1	1.2	1.3	1.4	тест	2.1	2.2	2.3	2.4	тест			
	8	11	7	7	13	11	7	7	11	13	95	5	
Розподіл балів за видами діяльності:													
УО		3	3	3		3	3	3	3		21		
Р		5				5					10		
П	5								5		10		
З	3	3				3			3		12		
ПЗ(СК)			4	4			4	4			16		
	46 балів					49 балів							
	Загальна рейтингова оцінка											100	

Умовні позначення, що використовуються в таблиці:

ДБ – додаткові бали

ПТ – підсумок по темах та СР

УО – усне опитування на практичному занятті

Р – написання реферату

П – створення презентації

З – захист презентації, реферату на практичному занятті
 ПЗ(СК) – виконання практичного завдання (ситуативного кейсу)

Розподіл балів за видами діяльності

Вид діяльності студента	Максимальна кількість балів за одиницю	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів за семестр	Форма контролю
Усне опитування на практичних заняттях	3	7	21	Залік
Підготовка презентацій	5	2	10	
Підготовка рефератів	5	2	10	
Практичне завдання ситуативний кейс	4	4	16	
Захист рефератів, презентацій на практичних заняттях	3	4	12	
Тестування	13	2	26	
Додаткові бали за участь в студентських конференціях, круглих столах, тощо	5	1	5	
Разом			100	
Розрахунок балу за залік : $21+10+10+16+12+26+5 = 100$				

9.5 Шкала оцінювання результатів підсумкового контролю, що використовується в Університеті

Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за стобальною шкалою	Оцінка за національною шкалою	Значення оцінки
A	90 - 100 балів	«зараховано»/«passed»	Відмінно - відмінний рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу з можливими незначними недоліками
B	80 - 89 балів		Дуже добре - достатньо високий рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу без суттєвих (грубих) помилок
C	75 - 79 балів		Добре - в цілому добрий рівень знань (умінь) з незначною кількістю помилок
D	69 - 74 балів		Задовільно - посередній рівень знань (умінь) із значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності
E	60 - 68 балів		Достатньо - мінімально можливий допустимий рівень

			знань (умінь)
FX	30-59 балів	«не за- раховано»/ «failed»	Незадовільно - потрібно додатково працювати для отримання позитивної оцінки
F	1-29 балів		Незадовільно - необхідна серйозна подальша робота з повторним вивченням курсу

10 Рекомендовані джерела інформації

Основна література

1. Вакуленко Л.О. Основи медичної і соціальної реабілітації в медсестринстві / За заг. Ред.. Л.О.Вакуленко.- Тернопіль: Укрмедкнига, 2018. – 443с.
2. Мелега К.П. Основи спортивної медицини: Навчальний посібник. Ужгород, 2023. 300 с.
3. Методичні рекомендації до практичних занять з дисципліни «Спортивна медицина» / Укладач: к.мед.н., доцентка Ксенія МЕЛЕГА. Ужгород, 2022. 64 с.
4. Основи спортивної медицини : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута Донецьк: «Каштан», 2013. 472 с.
5. Профілактика спортивного травматизму: Методична розробка для самостійної підготовки студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту / Укладачі: Мелега К.П., Дуло О.А, , Дуб М.М. Ужгород: «Говерла», 2013. 26 с.
6. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П. Медична і соціальна реабілітація / В.Б. Самойленко, Н.П. Яковенко – К.: Медицина, 2018. – 464с.
7. Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина: Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. – Львів, 2021. – 480 с.
8. Шахліна Л. Я.-Г. Спортивна медицина: підручник для студентів закладів вищої освіти / Л. Я.-Г. Шахліна та ін.; за ред. проф. Л. Я.-Г. Шахліної; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. – 2-ге вид., без змін. – Київ: Олімпійська література, 2019. – 424 с.

Додаткова література

1. 2. Розвиток системи фізичної та реабілітаційної медицини в умовах ведення збройного конфлікту] / В. В. Стеблюк [та ін.] ; ред. В. І. Цимбалюк. - Київ : [б. в.],2020. - 436 с.
2. Актуальні проблеми спортивної медицини та боротьби з допінгом в спорті: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (9 листопада 2021 р.) / Сум. держ. ун-т. – Суми: СумДУ, 2021. – 150 с.
3. вид., виправ. і доп. - Київ : ВСВ "Медицина", 2018. - 464 с.
4. Костюкевич В.М. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті : монографія / В.М. Костюкевич, Є.П. Врублевський,

Т.В. Вознюк та ін.; за ред. В.М. Костюкевича. – Вінниця: «Планер», 2017. – 191 с.

5. Медична і соціальна реабілітація: підручник для студентів медичних
6. училищ, коледжів, академії та інститутів медсестринства / В. Б. Самойленко [та ін.]. - 2-е
7. Шинкарук О. Стрес та його вплив на змагальну та тренувальну діяльність спортсменів / Шинкарук Оксана, Лисенко Олена, Федорчук Світлана // Фізична культура, спорт та здоров'я нації”: збірник наукових праць. – Випуск №3 (22). – Вінниця, 2017. – С. 469-476.

Інформаційні ресурси.

1. Physio-pedia. Online learning courses [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://members.physio-pedia.com/learn/>
2. Всеукраїнське об'єднання фізичних терапевтів (Ukrainian Physical Therapy Association) — офіц. сторінка організації з професійними ресурсами та рекомендаціями. — Режим доступу: <https://www.facebook.com/uptaua/Facebook>
3. Електронний каталог підручників медичного спрямування – Scientific Medical Library (у т.ч. підручники з фізичної терапії). — Режим доступу: <https://sites.google.com/view/scientific-medical-library/електронні-ресурси/підручники-і-навчальні-посібники>
4. Український журнал фізичної та реабілітаційної медицини (наукові статті та огляди за темами фізичної терапії). — Режим доступу: <https://uaomt.org/files/jorn1.pdf> uaomt.org