

СУМСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Навчально-науковий медичний інститут

Кафедра фізичного виховання і спорту

«СПОРТИВНА МЕДИЦИНА»

Інструктивно-методичний матеріал

для практичних (лабораторних) занять

для студентів спеціальності 017– фізична культура і спорт

Розробник:

к.фіз.вих., доцент

Петренко Наталія Володимирівна

Суми 2024

Практичне заняття №1

Тема: Вступ до спортивної медицини. Сучасні уявлення про спортивну медицину та медичний контроль у фізичній культурі і спорті

Мета: Ознайомитися з історією розвитку спортивної медицини, задачами і принципами організації, основами.

Теоретичні питання:

1. Місце спортивної в системі підготовки висококваліфікованого спеціаліста з фізичної культури і спорту.

2. Мета і завдання спортивної медицини.

3. Зміст роботи з окремих розділів спортивної медицини.

4. Коротка історія спортивної медицини.

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті.

Основні терміни і поняття: кабінет лікарського контролю, лікарсько-фізкультурний диспансер

Питання для самостійної роботи:

1. Історія розвитку спортивної медицини

2. Цілі та задачі спортивної медицини.

3. Принципи організації спортивної медицини.

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.
2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття №2

Тема: Методика комплексного медичного обстеження осіб, що займаються фізичними вправами

Мета: Оволодіти методами дослідження, навчитися на практиці користуватися цими методами дослідження.

Теоретичні питання:

1. Медичні обстеження фізкультурників і спортсменів.
2. Первинні, повторні та додаткові лікарські обстеження фізкультурників і спортсменів.
3. Анамнез (медичний і спортивний).
4. Антропометрія.
5. Функціональні проби.
6. Методи визначення рівня фізичного стану.
7. Лабораторні методи (велоергометрія, степергометрія, зі специфічними навантаженнями).

Основні терміни і поняття: анамнез хвороби, анамнез життя, перкусія, аускультация, антропометрія, термометрія, пальпація, електрокардіографія, фонокардіографія, полікардіографія, електроенцефалографія, електронейроміографія, реовазоенцефалографія, магнітно-резонансна діагностика, термографія, функціональні проби.

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті.

Питання для самостійної роботи:

1. Розкрити суть понять «анамнез хвороби», «анамнез життя», «спортивний анамнез».
2. Охарактеризувати методи обстеження фізкультурників і спортсменів.
3. Завдання медичних обстежень фізкультурників і спортсменів.
4. Огляд. Пальпація. Перкусія. Аускультация. Термометрія.
5. Лабораторні методи дослідження (аналіз крові, сечі, мокроти, спинно-мозкової рідини, кала).
6. Інструментальні методи дослідження.

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	

1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.
2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття №3

Тема: Дослідження та оцінка фізичного розвитку

Мета: Оволодіти методами дослідження фізичного розвитку людини

Теоретичні питання:

1. Фізичний розвиток. Дослідження й оцінка фізичного розвитку.
2. Визначення поняття „фізичний розвиток”.
3. Мета дослідження й оцінки фізичного розвитку у неспортсменів і спортсменів.
4. Розподіл учнів на медичні групи.

Основні терміни і поняття: анамнез хвороби, анамнез життя, перкусія, аускультация, антропометрія, термометрія, пальпація, електрокардіографія, фонокардіографія, полікардіографія, електроенцефалографія, електронейроміографія, реовазоенцефалографія, магнітно-резонансна діагностика, термографія, функціональні проби.

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті.

Питання для самостійної роботи:

1. Фактори, що впливають на фізичний розвиток.
2. Ендогенні - спадковість, внутріутробний розвиток, недоношеність, вроджені пороки.
3. Природного середовища – клімат, рельєф місцевості.
4. Соціально-економічні – степінь економічного розвитку, умови праці і відпочинку, рівень культури, виховання, гігієнічні навички, національні традиції, політичні чинники, акселерація, стать, вік, спортивна спеціалізація.

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5

2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.
2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 4

Тема: Методи оцінки фізичного розвитку

Мета: Оволодіти методами дослідження фізичного розвитку людини

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Методи дослідження фізичного розвитку. Зовнішній огляд (соматоскопія). Форма спини. Постава.
2. Розвиток кісткової системи.
3. Розвиток м'язової системи.
4. Жировідкладання.
5. Форма грудної клітки. Форма живота. Форма ніг. Форма стопи.
6. Конституційний тип статури.
7. Методи оцінки фізичного розвитку: антропометричних стандартів, індексів, кореляції.
8. Конституційний тип статури.

Питання для самостійної роботи: Біологічний вік. Поняття „акселерація” і „ретардація”. Теорії акселерації. Акселерація. Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті. Крім того, при вивченні даної теми передбачаються рольові ігри, за відсутності карантинних обмежень робота у профільних відділеннях лікувального закладу (згідно угоди про співробітництво між лікувальним закладом та університетом).

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.

3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.
2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 5

Тема: Методи визначення і оцінки функціональних резервів організму

Мета: Оволодіти методами функціональних резервів організму

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Проба С.П. Летунова Мета використання трьохмоментної комбінованої функціональної проби С.П.Летунова. Типи реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження при виконанні проби С.П. Летунова (нормотонічний, дистонічний, гіпертонічний, гіпотонічний, реакція зі ступінчастим підвищенням систолічного тиску).

2. Ортостатична проба, проби Бюргера і Флека. Кумулятивні зміни в міокарді при систематичних заняттях спортом. «Фізіологічне спортивне серце» і «патологічне спортивне серце». Вплив занять спортом на артеріальний тиск.

3. Методи дослідження серцево-судинної системи.

4. «Стандартне фізичне навантаження».

5. Функціональні проби (одномоментна, двохмоментна, трьохмоментна).

Питання для самостійної роботи:

1. Ортостатична проба. Проби з натужуванням. Зміна гемодинаміки при натужуванні.

2. Проблема Флека. Проблема Бюргера. Мета використання ортостатичної проби.. Зміни частоти пульсу і АТ при проведенні ортостатичної проби. Негативні зміни ЧСС і АТ при проведенні ортостатичної проби. Методика проведення ортостатичної проби. Зміна гемодинаміка при ортостатичній пробі.

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № у 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5

2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.
2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 6

Тема: Кількісна оцінка рівня фізичного здоров'я

Мета: Оволодіти методами оцінки рівня фізичного здоров'я

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Мета застосування проб з натужуванням.
2. Зміни гемодинаміки при натужуванні.
3. Оцінка проби Флека.
4. Оцінка проби Бюргера.
5. Проби Штанге, Генчі, Серкіна Кумулятивні зміни в дихальній системі при систематичних заняттях спортом.
6. Методи дослідження дихальної системи.

Питання для самостійної роботи:

1. Функціональні дихальні проби.
2. Проби Штанге, Генчі, Серкіна, Розенталя, Шафрановського.
3. Мета використання дихальних проб.
4. Методика проведення проб Штанге.

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.

3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.
2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 7

Тема: Лікарський висновок за результатами комплексного лікарського обстеження

Мета: Ознайомитися з методикою проведення комплексного лікарського обстеження. Інтерпретація результатів

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання: Схема лікарського висновку. Розподіл обстежуваних на медичні групи.

Питання для самостійної роботи: Інтерпретація результатів проведення лікарського обстеження. Медичні групи.

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.

2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 8

Тема: Особливості лікарського контролю за особами різного віку та статі

Мета: Ознайомитися з методами лікарського контролю за особами різного віку та статі

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Особливості лікарського контролю за особами різного віку та статі.
2. Лікарський контроль за особами дитячого віку.
3. Особливості фізичних тренувань дітей та підлітків.
4. Лікарський контроль за особами похилого віку.
5. Особливості лікарського контролю за жінками.
6. Морфофункціональні особливості організму жінок та їх вплив на рухові можливості.
7. Вплив сучасного спорту на здоров'я жінки.

Питання для самостійної роботи:

1. Особливості фізичних тренувань людей похилого віку.
2. Особливості фізичних тренувань жінок з урахуванням фаз менструального циклу.

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.
2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79

3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 9

Тема: Загальні поняття про фізичну працездатність, аеробну продуктивність та толерантність до фізичних навантажень

Мета: Ознайомитися з поняттями: фізична працездатність, аеробна робота, фізичні навантаження

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Визначення аеробної продуктивності
2. Протипоказання до проведення тестів з фізичними навантаженнями.
3. Показники аеробної та анаеробної (лактатної) продуктивності.
4. Методи визначення аеробної та анаеробної (лактатної) продуктивності.
5. Критерії оцінки

Питання для самостійної роботи:

1. Фактори, які впливають на аеробну та анаеробну продуктивність
2. Фактори, від яких залежить ефективність фізичних тренувань.
3. Методи тренувань.
4. Показники, за якими дозуються фізичні навантаження.

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.
2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.

4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.
---	---

Практичне заняття № 10

Тема: Методи визначення і оцінки фізичної працездатності та аеробної продуктивності

Мета: Ознайомитися з методами лікарського контролю за особами різного віку та статі

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Показники зовнішнього і внутрішнього об'єму навантажень.
2. Показники зовнішньої і внутрішньої інтенсивності навантажень.
3. Непрямі методи визначення енерговитрат при фізичних навантаженнях.
4. Наслідки неправильного дозування фізичних навантажень.
5. Визначення анаеробної продуктивності
6. Показники анаеробної (лактатної) продуктивності.
7. Методи визначення анаеробної (лактатної) продуктивності. Критерії оцінки.
8. .

Питання для самостійної роботи:

1. Рухова щільність заняття.
2. Фізіологічна крива навантаження.
3. Фактори, від яких залежить ефективність фізичних тренувань.
4. Показники, за якими дозуються фізичні навантаження.
5. Фактори, які впливають на анаеробну продуктивність

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.

2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 11

Передпатологічні та патологічні стани, які виникають при нераціональних заняттях фізичними вправами. Фактори які погіршують працездатність спортсмена.

Тема: Перевтома та фізичне перенапруження під час занять фізичними вправами

1. **Мета:** з'ясувати фактори які погіршують працездатність спортсмена: проаналізувати передпатологічні та патологічні стани, які виникають при нераціональних заняттях фізичними вправами та спортом..

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Найбільш поширені передпатологічні стани в фізичній культурі та спорті.
2. Поняття про нефункціональне та функціональне перевантаження, перетренованість: причини, механізм розвитку, симптоми, методи функціональної діагностики, корекції та профілактики.
3. Порушення рухливості суглобів у спортсменів: обмеження, асиметрія та гіпермобільність: значення та шляхи корекції.
4. Зміни опірно-рухового апарату від перенапруження (механізм tear-and-wear).

Питання для самостійної роботи:

1. Перевтома (причини виникнення, наслідки перевтоми)
2. Фізичне перенапруження під час занять фізичними вправами (перетренування)

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів ІV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.

2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 12

Передпатологічні та патологічні стани, які виникають при нераціональних заняттях фізичними вправами. Фактори які погіршують працездатність спортсмена.

Тема: Перевтома та фізичне перенапруження під час занять фізичними вправами. Граничні стани в практиці спортивної медицини

Мета: з'ясувати фактори які погіршують працездатність спортсмена: проаналізувати передпатологічні та патологічні та граничні стани, які виникають при нераціональних заняттях фізичними вправами та спортом. Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Синдром гіпертрофії/дилатації лівого шлуночка, аритмії, артеріальної гіпертензії, вегетативної дисфункції та серцевої недостатності у спортсменів.
2. Вентиляційні порушення дихання.
3. Зміни гормонального статусу, стан нервової, імунної, травної, видільної систем у атлетів.

Питання для самостійної роботи:

1. Граничні стани (причини виникнення, наслідки)
2. Фізичне перенапруження під час занять фізичними вправами (перетренування)

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.

2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 13

Тема: Боротьба з допінгом у спорті

Мета: з'ясувати фактори впливу допінгових засобів на організм спортсменів.

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Поняття допінгу, антидопінгове регулювання в спорті.
2. Зміни в організмі, що розвиваються при впливі допінгових засобів з різним механізмом дії, його негативний вплив.
3. Шляхи корекції змін опірно-рухового апарату, стану серцево-судинної системи, гормонального та імунного статусу, що викликані застосуванням допінгу (переважно акцент на методи фізичної терапії).

Питання для самостійної роботи:

1. Антидопінгове регулювання в світовому спорті
2. Зміни в організмі, що розвиваються при впливі допінгових засобів.

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.
2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.

4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.
---	---

Практичне заняття № 14

Особливості медичного забезпечення оздоровчих та спортивних тренувань

Тема: Лікарсько-педагогічний контроль під час занять фізичними вправами

Мета: з'ясувати особливості медичного забезпечення оздоровчих та спортивних тренувань.

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Загальні поняття про фізичну працездатність, аеробну продуктивність та толерантність до фізичних навантажень.

2. Методика та значення визначення і оцінки фізичної працездатності, аеробної продуктивності та комплексна оцінка толерантності до фізичного навантаження.

Питання для самостійної роботи:

1. Оздоровчі фізичні тренування: вплив на організм людини.

2. Види оздоровчих занять (характеристика видів оздоровчих занять, відповідно до вікової категорії) рухових режимів та їх характеристика.

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № у 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.
2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79

3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 15

Особливості медичного забезпечення оздоровчих та спортивних тренувань

Тема: Медичне забезпечення оздоровчих тренувань

Мета: з'ясувати особливості медичного забезпечення оздоровчих та спортивних тренувань.

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Регуляція та вдосконалення процесу тренувань.
2. Оздоровчі фізичні тренування: покази та протипокази.
3. Фізіологічна класифікація фізичних вправ.
4. Дозування фізичних навантажень.
5. Види рухових режимів та їх характеристика.
6. Методика та значення визначення і оцінки фізичної працездатності, аеробної продуктивності та комплексна оцінка толерантності до фізичного навантаження.

Питання для самостійної роботи:

1. Добова доза рухової активності
2. Загальні поняття про фізичну працездатність, аеробну продуктивність та толерантність до фізичних навантажень.

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.

2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 16

Засоби відновлення при фізичних навантаженнях. Основи раціонального харчування спортсменів

Тема: Засоби відновлення при фізичних навантаженнях

Мета: з'ясувати особливості застосування засобів відновлення у процесі занять фізичними вправами та спортом

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Місце після тренувального відновлення в підтримці здоров'я атлетів.
2. Місце фізичної терапії у після тренувальному відновленні.
3. Можливості попередження віддаленого м'язового болю, скутості м'язів, розвитку хронічного травматизму та вегетативної дисфункції з огляду на комплексний вплив різних методів відновлення з урахуванням специфіки виду спорту.

Питання для самостійної роботи:

1. Можливості контролю після тренувального відновлення, сучасний стан проблеми на теренах Сумської області.

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.

2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 17

Засоби відновлення при фізичних навантаженнях. Основи раціонального харчування спортсменів

Тема: Основи раціонального харчування спортсменів

Мета: з'ясувати особливості харчування спортсменів у процесі тренувальних занять, змагань

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Вимоги до харчування спортсменів.
2. Енергетичні витрати організму людини.
3. Харчова цінність раціону харчування спортсменів.
4. Добова потреба спортсменів у поживних речовинах.
5. Режим харчування спортсменів.

Питання для самостійної роботи:

1. Енергетичні витрати організму людини (надати характеристику враховуючи вікові категорії)
2. Харчова цінність раціону харчування спортсменів (відповідно до своєї спеціалізації).
3. Добова потреба спортсменів у поживних речовинах (відповідно до своєї спеціалізації).
4. Особливості харчування спортсменів під час змагань (відповідно до своєї спеціалізації).

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.

3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.
2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 18

Тема: Основи медичної реабілітації. Визначення медичної реабілітації. Засоби, види медичної реабілітації

Мета: Ознайомитися з основами медичної реабілітації. З’ясувати засоби та види медичної реабілітації.

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Принципи реабілітації. Поняття системи реабілітації.
2. Види реабілітації.
3. Поняття про мультидисциплінарну реабілітаційну команду.
4. Реабілітаційні періоди.
5. Клінічний реабілітаційний менеджмент і його етапи: комплексне обстеження, оцінювання зібраних даних, формулювання реабілітаційного діагнозу (діагностика) на основі порушень будови та функції тіла, функціональних обмежень (обмежень активності) та інвалідності (обмежень участі), прогнозування та планування реабілітаційної допомоги на основі завдань, орієнтованих на пацієнта, втручання.
6. Загальна характеристика засобів фізичної реабілітації, зокрема терапевтичних вправ.

Питання для самостійної роботи:

1. Історія становлення та розвитку фізичної реабілітації. Закон України «Про реабілітацію у сфері охорони здоров’я».
2. Характеристика терапевтичних вправ

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5

2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.
2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 19

Тема: Долікарська медична допомога при невідкладних станах та патологічних процесах у спорті. Гострий травматизм в спорті: долікарська медична допомога

Мета: Ознайомитися з основами долікарської медичної допомоги при невідкладних станах та патологічних процесах у спорті.

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Спортивний травматизм.
2. Причини, механізми і профілактика спортивних травм у різних видах спорту.
3. Надання долікарської медичної допомоги при гострих травмах у спорті.

Питання для самостійної роботи:

1. Спортивний травматизм (відповідно до своєї спеціалізації).
2. Профілактика спортивних трав (відповідно до своєї спеціалізації).

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.

2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.
4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.

Практичне заняття № 20

Тема: Долікарська медична допомога при невідкладних станах та патологічних процесах у спорті.

Мета: Ознайомитися з основами долікарської медичної допомоги при невідкладних станах та патологічних процесах у спорті.

Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній кімнаті

Теоретичні питання:

1. Гострі патологічні стани. Шок. Колапс. Струс мозку. Непритомність. Гравітаційний шок. Ортостатичний колапс. Гіпоглікемія. Утоплення. Замерзання. Тепловий та сонячний удари.

2. Надання долікарської медичної допомоги

Питання для самостійної роботи:

3. Спортивний травматизм –профілактика (відповідно до своєї спеціалізації).

4. Профілактика патологічних станів (відповідно до своєї спеціалізації).

Рекомендована література:

Основна література	
1	Спосіб функціонального обстеження діяльності серця під час дозованого фізичного навантаження у спортсменів : пат. 140799 Україна / Ю.О. Атаман, І.А. Бріжата, В.А. Корж. № u 2019 08897 ; заявл. 23.07.2019 ; опубл. 10.03.2020, Бюл. № 5
2	Збірник практичних кейсів зі спортивної медицини: поглиблені обстеження : навчальний посібник / Ю. О. Атаман, Н. В. Петренко. – Суми, 2022. – 105 с.
3	Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.
Допоміжна література	
1	Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія”./ Є.Л. Михалюк –Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. –80 с.
2	Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с. : іл. 79
3	Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М.Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.

4	Спортивна медицина: Методичні рекомендації до лабораторних занять / Корнійчук Н. М., Ляшевич А.М. С. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. – 80 с.
---	---