СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА
РЕАБІЛІТАЦІЯ ПІСЛЯ СПОРТИВНИХ ТРАВМ

Спеціальність: **І7 «Терапія та реабілітація»**
Освітньо-професійна програма: **«Фізична терапія»**
Код компонента в освітній програмі: **ВК8**
Рівень вищої освіти: **другий (магістерський)**
Форма здобуття освіти: **очна (денна)**
Рік навчання: **2**
Семестр(и): **3**
Тип освітнього компонента: **вибірковий**
Навчальний рік: **2027-2028**

Обсяг: **3 кредити ECTS (90 год.)**
Навчальні заняття: лекції, **практичні заняття, консультації**
Підсумковий контроль: **залік**
Пререквізити: Менеджмент у фізичній терапії при ураженнях опорно-рухового апарату, Менеджмент роботи мультидисциплінарної реабілітаційної команди, Клінічна практика з фізичної терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату у пацієнтів різних вікових груп

Кафедра/підрозділ: **кафедра спортивної, фізичної та реабілітаційної медицини, фізичної терапії, ерготерапії,** вул. О. Шпейєра, 4, Філія «Університетська лікарня» ХНМУ, 2-й поверх, праве крило, м. Харків
Керівники освітнього компонента: викладач Буряченко Вадим Анатолійович
email: va.buriachenko@knmu.edu.ua
Сторінка освітнього компонента в Системі дистанційного навчання ХНМУ (Moodle): https://distance.knmu.edu.ua/course/view.php?id=6758

ОПИС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Дисципліна «Реабілітація після спортивних травм» спрямована на формування системного клінічного мислення щодо відновлення функціональної спроможності спортсменів і фізично активних осіб після гострих та хронічних ушкоджень опорно-рухового апарату. Програма інтегрує сучасні принципи доказової фізичної терапії, біомеханіки, спортивної медицини та моделі функціонування відповідно до підходів World Health Organization, із фокусом на безпеку пацієнта та повернення до спорту. Зміст охоплює алгоритми клінічного обстеження, функціонального тестування, планування поетапної реабілітації, контроль навантаження, профілактику рецидивів і вторинних ушкоджень. Розглядаються ушкодження зв'язкового апарату, м'язово-сухожилкові травми, пошкодження хряща та післяопераційні стани (зокрема після реконструкції передньої хрестоподібної зв'язки), з урахуванням мультидисциплінарної взаємодії та антидопінгових вимог.

МЕТА КУРСУ: формування здатності розробляти, реалізовувати й критично оцінювати індивідуалізовані програми реабілітації після спортивних травм на основі доказової практики, принципів прогресивного навантаження, критеріїв повернення до спорту та міждисциплінарної координації.

РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ: Після опанування теми здобувачі освіти повинні знати класифікацію спортивних травм, біомеханіку суглобів і механізми ушкоджень, патофізіологію загоєння тканин, принципи навантаження й періодизації, критерії return-to-sport і return-to-play, валідні функціональні тести, індикатори ризику повторної травми, засади тейпування, ортезування, спортивної нутриціології та вимоги World Anti-Doping Agency. Вони повинні вміти проводити клінічне й функціональне обстеження, інтерпретувати результати тестування, розробляти поетапні програми відновлення з адекватним дозуванням аеробних, силових і пліометричних навантажень, впроваджувати вправи на нейром'язовий контроль, застосовувати методи мануальної терапії, оцінювати готовність до повернення у спорт, реалізовувати

профілактичні програми, документувати динаміку та ефективно взаємодіяти з тренером і лікарем ФРМ.

ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Перелік тем лекцій (10 год).

1. Біомеханіка спортивних травм. Загоєння тканин та контроль запалення.
2. Відновлення після травм плеча. Травми гомілковостопного суглоба.
3. Профілактичні програми у спорті.
4. Повернення до спорту: критерії та алгоритми.
5. Психологічні аспекти реабілітації спортсменів.

Перелік тем практичних занять (20 год.):

1. Біомеханіка спортивних травм.
2. Загоєння тканин та контроль запалення.
3. Реабілітація після ACL-реконструкції.
4. Відновлення після травм плеча.
5. Травми гомілковостопного суглоба.
6. Пліометрія та швидкісно-силова підготовка.
7. Нейром’язовий контроль і стабільність.
8. Профілактичні програми у спорті.
9. Повернення до спорту: критерії та алгоритми.
10. Психологічні аспекти реабілітації спортсменів. Залік

Перелік тем самостійної роботи студента (60 год.)

1. Біомеханіка спортивних травм.
2. Загоєння тканин та контроль запалення.
3. Реабілітація після ACL-реконструкції.
4. Відновлення після травм плеча.
5. Травми гомілковостопного суглоба.
6. Пліометрія та швидкісно-силова підготовка.
7. Нейром’язовий контроль і стабільність.
8. Профілактичні програми у спорті.
9. Повернення до спорту: критерії та алгоритми.
10. Психологічні аспекти реабілітації спортсменів. Підготовка до заліку.

СРС спрямована на поглиблення та закріплення теоретичних знань, отриманих під час аудиторного навчання та сприяють формуванню професійних компетентностей. Результати СРС підлягають контролю та включені до підсумкового контролю знань.

Консультації: : *онлайн, за попередньою реєстрацією на сторінці курсу в Системі дистанційного навчання курсу.*

Методи навчання: *Навчання здійснюється з використанням лекційних занять з мультимедійною підтримкою, практичних занять з демонстрацією обладнання та проведенням процедур, проблемно-орієнтованого навчання (аналіз клінічних випадків), імітаційних та рольових вправ (робота у групах за ролями: фізичного терапевта, пацієнт, асистент), методу проєктів (розробка індивідуального плану фізичної терапії для пацієнта). Використовуються елементи дистанційного навчання з доступом до відеоматеріалів, електронних протоколів та інтерактивних тестів.*

ОЦІНЮВАННЯ

Поточна навчальна діяльність (ПНД). Оцінювання успішності здобувачів освіти здійснюється відповідно до Інструкції з оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти в ХНМУ (https://knmu.edu.ua/documents/normatyvni-dokumenty-navchalnogo-proczesu/). Оцінки за практичне заняття виставляються за традиційною 4-бальною системою: «відмінно», «добре», «задовільно» або «незадовільно» відповідно до критеріїв оцінювання знань та вмінь. Подання завдань за запізненням з неповажних причин тягне за собою зниження оцінки відповідно до відсотка запізнення в часі від часу виконання завдання. Завдання перевіряються до 24 год. Оцінки виставляються у електронний журнал. Незадовільні оцінки відпрацьовуються відповідно до Положення про порядок відпрацювання студентами ХНМУ навчальних занять (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_vidprac_zaniat.pdf).
В кінці семестру середня оцінка за семестр конвертується у багатобальну оцінку (120 – 200 балів) відповідно до таблиці 2 Інструкції з оцінювання (див. вище). Середнє арифметичне ПНД з додаванням балів за виконані індивідуальні завдання (виконуються за бажанням) становить **загальну навчальну діяльність (ЗНД)**.
Індивідуальні завдання (ІЗ) оцінюються до 10 балів. Перелік індивідуальних завдань та кількість балів, які може отримати здобувач, можна отримати у викладача групи або знайти в програмі навчальної дисципліни, що розміщена на сторінці освітнього компонента в Системі дистанційного навчання ХНМУ (Moodle)
Підсумковий контроль: залік (З).
Оцінка з дисципліни (ОД). ОД = ЗНД + З.
Оскарження результатів підсумкового контролю проводиться у встановленому в ХНМУ порядку (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_apel_kontrol.pdf).

ПОЛІТИКИ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Рекомендації щодо роботи на курсі: брати активну участь у всіх формах роботи на заняттях, присвячувати 1-2 год. щодня виконанню самостійної роботи та підготовці до занять, ставити запитання під час занять, відвідувати консультації, вчасно здавати завдання та виконувати усі форми контролю.
Відвідування занять. Відвідування лекцій та практичних занять є обов'язковим. Формою одягу під час офлайн-занять є білий медичний халат. При запізнення більше ніж на 5 хвилин ви можете бути не допущені до заняття. Пропущені заняття відпрацьовуються відповідно до Положення про порядок відпрацювання здобувачами освіти ХНМУ навчальних занять (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_vidprac_zaniat.pdf).
Академічна доброчесність. ХНМУ стоїть на позиціях нульової толерантності до проявів академічної недоброчесності. Будь-які порушення принципів академічної доброчесності тягнуть за собою відповідальність у встановленому в ХНМУ порядку (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_ad-1.pdf).
Використання електронних гаджетів та інструментів штучного інтелекту допускається лише з дозволу викладача.
Політика щодо осіб з особливими освітніми потребами. Здобувачі з особливими освітніми потребами мають зв'язатися з викладачем задля розробки індивідуальної освітньої траєкторії.
Час відповіді викладача: 24 години.

Технічні вимоги до роботи на курсі:

- доступ до комп'ютера, ноутбука, планшета чи смартфона
- корпоративний обліковий запис Google з власним фото
- навички роботи з Google Workspace (Google Meet, Docs, Sheets, Slides, Forms) та Moodle
- *інші вимоги кафедри*

Технічна підтримка: АСУ (ev.shevtsov@knmu.edu.ua), Google (tehotdelknmu@gmail.com), Moodle (al.korol@knmu.edu.ua)

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

1. Сокрут, В. М., Синяченко, О. В., Сокрут, О. П. (ред.) (2024). Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина. Том 1. Львів: Магнолія. – 480 с

3. Гавриляк Р. О. Спортивна медицина та адаптивне фізичне виховання (огляд літератури) / Р. О. Гавриляк, М. І. Гурська, М. А. Гаркуша // Молодий вчений: сучасні тенденції формування та збереження здоров'я людини : збірник тез VII Всеукраїнської молодіжної науково-практичної конференції з міжнародною участю, Харків, 28─29 березня 2024 / Харківська державна академія фізичної культури. — Харків, 2024. — С. 52—55.

3. Павлова Т. Використання інноваційних технологій у реабілітації спортсменів / Т. Павлова, М. Козлова // Сучасні питання фізичної терапії та ерготерапії. Лабораторна медицина: проблеми та перспективи : матеріали науково-практичної конференції молодих вчених, здобувачів освіти та лікарів-інтернів, Харків, 22 листопада 2023 року / Харківський національний медичний університет ; редкол.: В. В. М'ясоєдов, І. А. Чухно, С. І. Латогуз, О. І. Залюбовська, М. М. Мішина. – Харків : ХНМУ, 2023. – С. 87─89.

Зав. кафедри спортивної,
фізичної та реабілітаційної
медицини, фізичної терапії,
ерготерапії, к.мед.н, доцент *Олена МАРКОВСЬКА*