

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Волинський національний університет імені Лесі Українки
Факультет (інститут) фізичної культури, спорту та здоров'я
Кафедра теорії спорту та фізичної культури

СИЛАБУС
вибіркового освітнього компонента
СПОРТИВНА ТРАВМАТОЛОГІЯ
підготовки другого (магістерського) рівня вищої освіти

Луцьк – 2025

Силабус освітнього компонента «Спортивна травматологія» підготовки другого (магістерського) рівня вищої освіти

Розробник: Альошина А. І., завідувач кафедри (професор), професор кафедри **теорії спорту та фізичної культури**, доктор наук з фізичного виховання і спорту

Погоджено

Гарант освітньо-професійної програми: _____ Романюк В.П.

Силабус освітнього компонента затверджено на засіданні кафедри теорії спорту та фізичної культури

протокол № 1 від 29.08.2025 р.

Завідувач

кафедри:



Альошина А.І.

I. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна /освітньо-наукова/освітньо-творча програма, освітній рівень	Характеристика освітнього компонента
Денна форма здобуття освіти	А Освіта, А7 «Фізична культура і спорт», ОПП Фізична культура і спорт, Другий (магістерський)	Вибірковий
Кількість годин/кредитів _120_ / _4_		Рік навчання __2__
ІНДЗ: є		Семестр _3_-ий
		Лекції __10_ год.
		Практичні (семинарські) _14_ год.
	Самостійна робота __88__ год.	
	Консультації __8__ год.	
		Форма контролю: залік
Мова навчання українська		

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна програма, освітній ступінь	Характеристика освітнього компонента
Заочна форма здобуття освіти	А Освіта, А7 «Фізична культура і спорт», ОПП Фізична культура і спорт, Другий (магістерський)	Вибірковий
Кількість годин/кредитів 120/4		Рік навчання 2
ІНДЗ: є		Семестр 3-ий
		Лекції 4 год.
		Практичні 6 год.
	Самостійна робота 96 год.	
	Консультації 14 год.	
		Форма контролю: залік
Мова навчання українська		

II. Інформація про викладача

ППП Альошина Алла Іванівна

Науковий ступінь доктор наук з фізичного виховання і спорту

Вчене звання професор

Посада завідувач кафедри (професор) кафедри теорії спорту та фізичної культури

Контактна інформація тел. 0667046455, Aloshina.Alla@vnu.edu.ua

Дні занять <https://ps.vnu.edu.ua/cgi-bin/timetable.cgi>

III. Опис освітнього компонента

1. Анотація курсу. Освітній компонент «Спортивна травматологія» спрямований на формування у здобувачів вищої освіти системних знань про механізми виникнення спортивних травм, їх класифікацію, клінічні прояви, принципи надання першої допомоги, профілактики та

реабілітації. У межах дисципліни вивчаються особливості травматизму в різних видах спорту, методи діагностики та профілактики травм. Силабус вибіркового освітнього компонента «Спортивна травматологія» складено з урахуванням можливості формування індивідуальної освітньої траєкторії здобувачів освіти другого (магістерського) рівня вищої освіти.

2. Мета і завдання освітнього компонента.

Формування у здобувачів освіти теоретичних знань і практичних умінь щодо профілактики, діагностики, надання першої допомоги та організації відновлення при спортивних травмах з метою збереження здоров'я та підвищення безпеки тренувального процесу.

Основними завданнями вивчення освітнього компонента «Спортивна травматологія» є:

1. Ознайомити здобувачів із сучасними уявленнями про етіологію та патогенез спортивних травм.
2. Сформуванню знання щодо класифікації ушкоджень опорно-рухового апарату.
3. Навчити розпізнавати основні клінічні симптоми гострих і хронічних травм.
4. Опанувати алгоритми надання домедичної допомоги при травмах у спорті.
5. Розвинути вміння оцінювати ризики травматизму в різних видах спорту.

3. *Soft skills* освітнього компонента «Спортивна травматологія»

- критичне та аналітичне мислення;
- здатність приймати обгрунтовані рішення на основі даних;
- навички командної роботи та міждисциплінарної комунікації;
- самостійність та відповідальність у науковій діяльності;
- уміння формулювати висновки та аргументовано презентувати результати;
- адаптивність і гнучкість у використанні сучасних технологій і методів;
- етичність, академічна доброчесність і професійна культура.

4. Структура освітнього компонента.

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практ.	Сам. роб.	Конс.	Форма контролю/ Бали
Змістовий модуль 1. Теоретичні основи спортивної травматології						
Тема 1. Предмет, завдання та місце спортивної травматології у системі підготовки фахівця. Поняття спортивної травми.	10	1	1	8	-	ДС,ДБ,Т,Р 5
Тема 2. Анатомо-фізіологічні особливості опорно-рухового апарату спортсменів. Етіологія та механізми виникнення спортивних травм.	16	1	1	12	2	ДС,ДБ,Т,Р 9
Тема 3. Класифікація ушкоджень. Гострі та хронічні ушкодження у спорті.	14	1	2	10	1	ДС,ДБ,Т,Р 10
Тема 4. Фактори ризику травматизму в різних видах спорту. Організаційні аспекти	16	1	2	12	1	ДС,ДБ,Т,Р 11

профілактики спортивного травматизму.						
Разом за модулем 1	56	4	6	42	4	35
Змістовий модуль 2. Клінічні прояви, домедична допомога та лікування						
Тема 1. Травми м'яких тканин. Вивихи, підвивихи, переломи.	10	1	2	6	1	ДС,ДБ,Т,Р 8
Тема 2. Травми суглобів (колінного, плечового, гомілковостопного).	10	1	1	8		ДС,ДБ,Т,Р 8
Тема 3. Травми хребта та черепно-мозкові ушкодження у спорті.	14	1	1	12	1	ДС,ДБ,Т,Р 8
Тема 4. Перша (домедична) допомога при спортивних травмах.	16	1	2	12	1	ДС,ДБ,Т,Р 8
Тема 5. Алгоритми дій у невідкладних станах.	14	2	2	8	1	ДС,ДБ,Т,Р 8
Разом за модулем 2	64	6	8	46	4	40
Види підсумкових робіт (за потреби)						Бал
Контрольна робота (за наявності)						-
ІНДЗ (за наявності)						ІНДЗ 25
Інше (вказати)						-
Всього годин/Балів	120	10	14	88	8	100

Заочна форма здобуття освіти

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практ.	Сам. роб.	Конс.	Форма контролю/ Бали
Змістовий модуль 1. Теоретичні основи спортивної травматології						
Тема 1. Предмет, завдання та місце спортивної травматології у системі підготовки фахівця. Поняття спортивної травми. Тема 2. Анатомо-фізіологічні особливості опорно-рухового апарату спортсменів. Етіологія та механізми виникнення спортивних травм.	30	2	2	24	2	ДС,ДБ,Т,Р 14
Тема 3. Класифікація ушкоджень. Гострі та хронічні ушкодження у спорті. Тема 4. Фактори ризику травматизму в різних видах спорту. Організаційні аспекти профілактики спортивного травматизму.	30		2	24	4	ДС,ДБ,Т,Р 21

Разом за модулем 1	60	2	4	48	6	35
Змістовий модуль 2. Клінічні прояви, домедична допомога та лікування						
Тема 1. Травми м'яких тканин. Вивихи, підвивихи, переломи. Тема 2. Травми суглобів (колінного, плечового, гомілковостопного). Тема 3. Травми хребта та черепно-мозкові ушкодження у спорті. Тема 4. Перша (домедична) допомога при спортивних травмах. Тема 5. Алгоритми дій у невідкладних станах.	60	2	2	48	8	ДСДБ,Т,Р 30
Разом за модулем 2	60	2	2	48	8	30
Види підсумкових робіт (за потреби)						Бал
Контрольна робота (за наявності)						-
ІНДЗ (за наявності)						ІНДЗ 25
Інше (вказати)						-
Всього годин/Балів	120	4	6	96	14	100

Форма контролю*: ДС – дискусія, ДБ – дебати, Т – тести, ІНДЗ– індивідуальне завдання, Р – реферат, а також аналітична записка, аналітичне есе, аналіз твору тощо.

1. Завдання для самостійного опрацювання.

1. Історія розвитку спортивної травматології.
2. Статистика спортивного травматизму в Україні та світі.
3. Сучасні підходи до класифікації спортивних травм.
4. Біомеханічні причини травм у різних видах спорту.
5. Морфофункціональні особливості опорно-рухового апарату спортсменів.
6. Вікові особливості спортивного травматизму.
7. Гендерні аспекти травматизму у спорті.
8. Роль перевтоми та перетренованості у виникненні травм.
9. Вплив зовнішніх факторів (покриття, екіпірування, клімат) на ризик травм.
10. Етичні та правові аспекти відповідальності тренера за безпеку спортсменів.
11. Алгоритм дій при підозрі на перелом.
12. Особливості іммобілізації при травмах кінцівок.
13. Травми зв'язкового апарату колінного суглоба.
14. Травми плечового суглоба у спортсменів.
15. Черепно-мозкові травми у контактних видах спорту.
16. Струс мозку: симптоми та протокол повернення до спорту.
17. Гострі травми хребта: правила транспортування постраждалого.
18. Невідкладні стани у спорті (тепловий удар, судомі, колапс).
19. Принципи застосування холоду та компресії при гострих травмах.
20. Медикаментозні засоби у спортивній травматології (НПЗП, місцеві засоби).
21. Протипоказання до фізичного навантаження після травм.
22. Фази загоєння тканин та їх характеристика.

23. Принципи ранньої активізації після травм.
24. Основи кінезіотерапії у відновному періоді.
25. Роль фізіотерапевтичних методів у реабілітації.
26. Тейпування: види та механізм дії.
27. Критерії повернення спортсмена до тренувань.
28. Психологічні аспекти відновлення після травм.
29. Профілактичні програми у командних видах спорту.
30. Профілактика перевантажувальних травм.
31. Контроль навантаження як метод профілактики травматизму.

IV. Політика оцінювання

Оцінювання знань здобувачів освіти з освітніх компонентів регулюється «Положенням про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів освіти Волинського національного університету імені Лесі Українки (<https://surl.lt/fdrvme>) з метою вдосконалення чинної в Університеті системи контролю якості знань здобувачів освіти та адаптації її до загальноєвропейських вимог на основі результатів поточного і підсумкового модульного контролю знань. Об'єктом оцінювання знань здобувачів освіти є програмовий матеріал з ОК, засвоєння яких перевіряється під час цих видів контролю.

Поточна оцінка – це сума балів, які отримує здобувач вищої освіти за поточну роботу з відповідних тем освітнього компонента. Максимальний бал за кожну з форм роботи визначає силабус освітнього компонента. Результати поточного контролю знань здобувачів вищої освіти вносяться до журналу обліку роботи академічної групи і враховуються під час виставлення підсумкового балу з ОК.

Максимальна кількість балів, яку може набрати здобувач освіти за поточну навчальну діяльність, становить **100 балів**.

У Положенні про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки визначено правила, порядок та процедуру визнання результатів навчання (<https://surl.li/nppswj>)

Залік викладач виставляє за результатами поточної роботи за умови, що здобувач освіти виконав ті види навчальної роботи, які визначено силабусом ОК.

У випадку, якщо здобувач освіти впродовж поточної роботи набрав менше як 60 балів, він складає залік під час ліквідації академічної заборгованості. У цьому випадку бали, набрані під час поточного оцінювання, анулюються. Максимальна кількість балів під час ліквідації академічної заборгованості з заліку – 100. Повторне складання заліків допускається не більше як два рази з кожного освітнього компонента: один раз – викладачеві, другий – комісії, яку створює декан факультету (інституту).

Політика щодо відвідування занять.

Відвідування занять дає можливість отримати задекларовані загальні та фахові компетентності, вчасно та якісно виконати завдання. Відвідування занять є обов'язковим.

Лекційні заняття не відпрацьовуються, але знання лекційного матеріалу є обов'язковим. До практичних занять здобувачі другого рівня вищої освіти готують презентації, реферати, проходять тестові завдання до кожної теми у програмі Тіms і т. ін. Пропуски практичних занять відпрацьовуються: здобувач другого рівня вищої освіти опрацьовує тему самостійно, виконує практичні завдання до теми, укладає навчально-методичні кейси. На консультаціях здобувач освіти має право відпрацювати пропущені заняття та добрати ту кількість балів, яку було визначено за пропущені теми.

Політика щодо академічної доброчесності

Здобувачі другого рівня вищої освіти зобов'язані дотримуватися академічної доброчесності відповідно до норм загальнолюдських та європейських цінностей, Конституції України, Законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про наукову і науково-технічну діяльність», «Про авторське право і суміжні права», «Про запобігання корупції», Цивільного

Кодексу України, Статуту Волинського національного університету імені Лесі Українки, зокрема:

- не толерувати плагіат, списування, неправомірне використання чужих напрацювань;
- використовувати у навчальній діяльності лише перевірені та достовірні джерела інформації та правильно оформляти покликання на використані інформаційні джерела;
- подавати на оцінювання лише самостійно виконану роботу, що не є запозиченою або переробленою з іншої, виконаною іншими особами; мінімальний відсоток унікальності – 60 %.

Виявлення ознак академічної недобросовісності в письмовій роботі є підставою для її незарахування.

Політика щодо дедлайнів та перескладання

Перескладання будь-яких видів робіт, передбачених силабусом освітнього компонента, з метою підвищення підсумкової оцінки не дозволяється.

Здобувач другого рівня вищої освіти може додатково скласти на консультаціях із викладачем ті теми, які він пропустив упродовж семестру, таким чином покращити свій результат рівно на ту суму балів, яку було виділено на пропущені теми.

Заборгованість із модуля повинна бути ліквідована здобувачем. Кінцевий термін ліквідації заборгованості з поточного контролю обмежується початком заліково-екзаменаційної сесії.

V. Підсумковий контроль

Із вибірових освітніх компонентів форма контролю – залік. Оцінювання знань здобувачів освіти здійснюється під час поточного контролю за результатами виконання тих видів робіт, які передбачені силабусом.

Шкала оцінювання знань здобувачів освіти з освітніх компонентів, де формою контролю є залік

Оцінка в балах	Лінгвістична оцінка
90–100	Зараховано
82–89	
75–81	
67–74	
60–66	
0–59	Незараховано (необхідне перескладання)

VI. Рекомендована література та інтернет-ресурси

Основна

1. Левенець, В. М., Лінько, Я. В. *Спортивна травматологія: навч. посіб.* — Київ: Олімпійська література, 2008. — 352 с.
2. Петрик, О. І. *Спортивна травматологія: навч. посіб.* — Вінниця: ТОВ «Твори», 2022. — 278 с.
3. Шматова, О. О. *Спортивна травматологія: навч. посіб.* — Київ: НУФВСУ, 2018. — 112 с.
4. Doral, M. N., Karlsson, J. (eds.). *Sports Injuries: Prevention, Diagnosis, Treatment and Rehabilitation.* — Cham: Springer, 2015. — 768 p.

5. Peterson, C. L., Renström, P. A. F. H., Lynch, S. S. (eds.). *Sports Injuries: Prevention, Treatment and Rehabilitation*. — London: Routledge, 2021. — 648 p.
6. Frontera, W. R. (ed.). *Rehabilitation of Sports Injuries: Scientific Basis*. — Oxford: Blackwell Publishing, 2010. — 320 p.

Додаткова

7. Comfort, P., Abrahamson, E. *Sports Rehabilitation and Injury Prevention*. — Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell, 2010. — 552 p.
8. Potach, D., Meira, E. *Sport Injury Prevention Anatomy*. — Champaign, IL: Human Kinetics, 2023. — 211 p.
9. Imhoff, A. B., Feucht, M. (eds.). *Surgical Atlas of Sports Orthopaedics and Sports Traumatology*. — Cham: Springer, 2024. — 452 p.
10. Скоблін, О. М. *Травматологія і ортопедія: підручник*. — Київ: ВСВ «Медицина», 2019. — 560 с.
11. Барраль, Ж.-П., Кроб'єр, А. *Травма: остеопатичний підхід*. — Київ: Медицина, 2007. — 336 с.
12. Вайнер, Е. Н. *Валеологія: підручник*. — Москва: Флінта, 2007. — 411 с.
13. McCrory, P., Meeuwisse, W., Dvořák, J. et al. Consensus statement on concussion in sport. *Br. J. Sports Med.* — 2017. — Vol. 51. — P. 838–847.
14. Bahr, R., Engebretsen, L. (eds.). *Handbook of Sports Medicine and Science: Sports Injury Prevention*. — Oxford: Wiley-Blackwell, 2009. — 232 p.
15. Brukner, P., Khan, K. *Clinical Sports Medicine*. — 5th ed. — Sydney: McGraw-Hill Education, 2017. — 1184 p.