

**ПРОФІЛАКТИКА ТРАВМАТИЗМУ І
ПРОФЕСІЙНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ У ХОРЕОГРАФІЇ**

Назва кафедри, яка викладає навчальну дисципліну	Кафедра медицини, громадського здоров'я та екології спорту
Шифр вибіркової навчальної дисципліни	ВД103
Загальна кількість кредитів ЄКТС	3 кредити ЄКТС
Форма підсумкового контролю	залік
Короткий опис змісту дисципліни (мета, тематика та зміст)	<i>Мета дисципліни</i> - дисципліна спрямована на ознайомлення здобувачів із фізіологічними основами безпечної рухової активності у хореографії; Формування навичок виявлення ризиків, профілактики поширених танцювальних травм і перших дій при їх виникненні; розвиток вмінь і знань щодо запобігання хронічним ушкодженням, виснаженню, вигоранню та збереженню здоров'я танцівника. <i>Зміст дисципліни</i> спрямовано на вирішення наступних завдань: ознайомити здобувачів із характерними видами травм і захворювань, що виникають у хореографії внаслідок інтенсивних навантажень, повторюваних рухів, неправильної техніки чи недостатнього відновлення; вивчити анатомо-біомеханічні особливості тіла танцівника, що впливають на травмозалежність (стопа, колінні та кульшові суглоби, хребет, зв'язки); навчити основним принципам і методам профілактики травм у хореографії, включаючи розминку, заминку, постуральний контроль, гнучкість і рівномірний розвиток м'язів; сформувати вміння виявляти ознаки перетренованості та перенапруження, вживати заходів для їх запобігання; ознайомити з методами гігієни та ергономіки танцювального середовища, включаючи умови залу, покриття підлоги, взуття, костюм; сформувати відповідальне ставлення до

	збереження власного здоров'я, тривалості творчого життя танцівника, засобів профілактики та використання методів відновлення (масаж, релаксація, реабілітаційні комплекси). <i>Основні теми:</i> професійні захворювання і збереження хореографічного довголіття; травматизм у хореографії: діагностика та профілактика; професійні захворювання і збереження хореографічного довголіття.
Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни (загальні та/або спеціальні)	<i>Загальні компетентності:</i> Навички здійснення безпечної діяльності. <i>Спеціальні компетентності:</i> Здатність використовувати широкий спектр міждисциплінарних зв'язків для забезпечення освітнього процесу в початкових, профільних, фахових закладах освіти.
ПІБ науково-педагогічного працівника/ів, який/і викладає/ють навчальну дисципліну, електронна пошта	Шахліна Лариса Генріхівна lashakhlina@uni-sport.edu.ua Маслова Олена Володимирівна omaslova@uni-sport.edu.ua Коломієць Тетяна Василівна tkolomiets@uni-sport.edu.ua