МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Львівський національний університет імені Івана Франка
Факультет педагогічної освіти
Кафедра фізичного виховання та спорту

ЗАТВЕРДЖЕНО
На засіданні кафедри
фізичного виховання та спорту
факультету педагогічної освіти
Львівського національного університету
імені Івана Франка
(протокол № 1 від 27 серпня 2025 р.)

Завідувач кафедри Оксана ШУКАТКА

Силабус з навчальної дисципліни «Фізична та домедична підготовка» що викладається в межах ОПП «Хорове диригування» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти зі спеціальності В5 Музичне мистецтво

Львів 2025

Назва курсу	**«Фізична та домедична підготовка»**
Адреса викладання курсу	Навчально-спортивний комплекс ЛНУ імені Івана Франка, Черемшини, 31
Факультет та кафедра, за якою закріплена дисципліна	Факультет педагогічної освіти Кафедра фізичного виховання та спорту
Галузь знань, шифр та назва спеціальності	В Культура, мистецтво та гуманітарні науки В5 Музичне мистецтво
Викладачі курсу	Мартинів Олег Михайлович, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання та спорту; Матула Степан Степанович, старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту; Можаровська Світлана Петрівна, старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту; Попович Святослав Ігорович, старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту; Бітківська Лідія Іванівна, старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту.
Контактна інформація викладачів	oleh.martyniv@lnu.edu.ua stepan.matula@lnu.edu.ua svitlana.mozharovska@lnu.edu.ua svyatoslav.popovych@lnu.edu.ua lidiya.bitkivska@lnu.edu.ua
Консультації по курсу відбуваються	Понеділок, середа, четвер 18:00-19:00 год. (Черемшини,31, Спорткомплекс ЛНУ імені Івана Франка)
Сторінка курсу	https://kultart.lnu.edu.ua/course/fizychna-ta-domedychna-pidhotovka-op-khorove-dyryhuvannia
Інформація про курс	Дисципліна «**Фізична та домедична підготовка**» є нормативною навчальною дисципліною для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти зі спеціальності В5 Музичне мистецтво ОПП «Хорове диригування», яка викладається у 3–4 семестрі в обсязі 3-х кредитів (за Європейською Кредитно-Трансферною Системою ECTS).
Коротка анотація курсу	Дисципліна «Фізична та домедична підготовка» є складовою фахової підготовки студентів бакалаврського рівня. Навчальна дисципліна спрямована на розвиток фізичних якостей, удосконалення функціональних можливостей організму, формування навичок самозахисту, туристичної та спортивно-оздоровчої діяльності, а також оволодіння базовими знаннями й уміннями з домедичної допомоги. Студенти опановують техніку туристичних походів з елементами спортивного орієнтування, різні види спортивних ігор, функціональні тренування кросфіту, засоби легкої атлетики для розвитку витривалості та сили, а також базові прийоми самозахисту.
Мета та цілі курсу	**Метою** викладання навчальної дисципліни «Фізична та домедична підготовка» є здобуття умінь та навичок, необхідних для виконання професійних завдань у екстремальних умовах.

Література для вивчення дисципліни	1. Бондаренко В. Поведінка в горах. Львів, СПОЛОМ. 2007. 144 с. 2. Виживання (Курс індивідуальної підготовки) за програмою БЗВП (для підготовки мобілізаційних ресурсів, версія 5, термін навчання 1,5 місяці) / 1-2 частина. Київ. 52 с. 3. Домедична допомога (Курс індивідуальної підготовки) за програмою БЗВП (для підготовки мобілізацційних ресурсів, версія 5, термін навчання 1,5 місяці)./ 1-2 частина. Київ. 84 с. 4. Домедична допомога в екстремальних ситуаціях та медичний захист населення в надзвичайних ситуаціях : Навчальний посібник для підготовки фахівців першого (освітньо-професійного) рівня, галузь знань 22 «Охорона здоров'я», спеціальність 227 «Фізична терапія, ерготерапія» (1 курс) (за загальною редакцією Волянського П.Б. та Гринзовського А.М.) / Гринзовський А.М., Волянський П.Б., Калашченко С.І. та ін.]. Київ: ІДУЦЗ, 2018. 216 с. 5. Домедична підготовка : підручник / [А.В. Самодін, О.В. Чуприна, Т.П. Жилін та ін.]; за заг. ред. В.В. Стеблюка; [фотохудож. Д.І. Терешкевич; худож.-іл. О.Т. Жилін]. Харків: Право, 2020. 344 с.: іл. URL: http://elar.naiau.kiev.ua/jspui/handle/123456789/19078 6. Дрок Л.В., Камалов Є.В., Миколенко Ю.М. Основи тактичної медицини. Навчальний посібник Київ: НУОУ, 2020. 168 с. 7. Закорко І.П. Спеціальна фізична підготовка: Організаційно-методичні вказівки до викладання курсу. К.: РВВ КІВС, 2001. 33 с. 8. Мартинів О., Шукатка О., Борисевич Л., Кушнір Р. Розвиток умінь та навиків культури здоров'язбереження студентів на засадах міждисциплінарної інтеграції. Освіта. Інноватика. Практика, 2023. Том 11, № 3. С. 18-23. https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol11i3-003 9. Методичні рекомендації із спеціальної фізичної підготовки: Одеса: ОДУВС, 2024. 157 с. 10. Можаровська С. Валеологічне виховання студентів засобами фізичної культури та спорту. *Фізична культура дітей, підлітків, молоді та дорослого населення в сучасному світі*: матеріали третьої Міжн. наук.-практ. Інтернет-конф. (Умань, 20 трав. 2022 р.).Умань, 2022. С.70-72. 11. Молодан І. Посібник по виживанню в екстремальних ситуаціях. Харків: «Фактор Друк», 2016. 320 с. 12. Мулик К.В. Спортивно-оздоровчий туризм в системі фізичного виховання школярів і студентів: монографія. Х.: ФОП Бровін А.В., 2015. 418 с. Спеціальна фізична підготовка : навч. посіб. / [В. Бондаренко, С. Решко, В. Дідковський та ін.]; за заг. ред. В. Чернєя, Р. Сербина. Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОП Кандиба Т.П., 2021. 341 с. 13. Наказ МОЗ України від 09.03.2022 року № 441 «Про затвердження порядків надання домедичної допомоги особам при невідкладних станах». 14. Основи професійно-прикладної фізичної підготовки: методичні вказівки / уклад.: С.М. Канішевський, С.М. Киселевська, Н.Р. Дубина. Київ: КНУБА-Талком, 2023. 28 с. 15. Попович С., Мусієнко О., Хрипач А. Визначення активності рефлексогенних зон тіла під час виконання статичної вправи хаткха-йоги (Сіршасана). *Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія №15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт).* Київ, 2021. Вип. 6К(135). С. 143-149. 16. Посібник Базова військова підготовка на території Великої Британії. Видання 02-22. 190 с. https://tro.mil.gov.ua/navchalni-materialy/ 17. Прийоми самозахисту: звільнення від захоплень та обхоплень : методичні

	рекомендації / А.Ю. Мартишко, В.В. Бондаренко, О.С. Рябуха та ін. Київ : НАВС, 2021. 56 с. 18. Тактична медицина для підрозділів спеціального призначення / ОЗСП НГУ «АЗОВ» Київ. 2016. 144. 19. Тактична медицина для підрозділів спеціального призначення/ ОЗСП НГУ «АЗОВ». Київ. 2016. 146 с. 20. Тарасюк М., Матвійчук І., Паламар В. Перша екстрена і тактична медична допомога на догоспітальному етапі. Київ: Медицина, 2021. 504 с. 21. Фізичне виховання: проблеми та перспективи: монографія за загальною редакцією проф. Г.П. Грибана. Житомир: Рута, 2020. 384 с. 22. Черняховський В.Й., Котляр Н.В., Кириченко І.Г. Основи домедичної підготовки: навч. посіб.; ред. О.А. Никифорова. Одеса: Видавничий дім «Гельветика», 2022. 188 с. URL: https://er.dduvs.edu.ua/handle/123456789/9525 23. Чумак І.О., Олійник Н.А. Рукопашний бій: повний курс рукопашної підготовки : підручник для вищих навчальних закладів. Вінниця : ВНАУ, 2018. 258 с. 24. Шукатка О.В., Борисевич Л.В., Кушнір Р.Г., Матієшин І.В. Вплив фізичних вправ на розвиток фізичних якостей студентів у контексті здорового способу життя. Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини (Rehabilitation & Recreation): науковий журнал. Рівне: Видавничий дім «Гельветика», 2022. N 10. С. 156-161. 25. Johnson R. Surwiwal extremalny. Warszawa. 2014. 320 p. **Електронні ресурси**: 26. Базова підготовка бійця. Досвід. URL: https://www.psdinfo.pro/post/ 27. Вступ до курсу з тактичної медицини для немедичного персоналу - Американський курс тактичної медицини TCCC для військових. https://tccc.org.ua/guide/introduction-to-tccc-asm 28. Навчальний курс з військової підготовки (відео-лекції). URL: https://kmb.in.ua/ 29. Перша допомога. Довідник для населення від Товариства Червоного Хреста України. [Електронний ресурс]. URL: https://surl.li/hrpvqo 30. Підручник тактичної бойової допомоги потерпілим- https://surl.li/kpeqau 31. Протокол з серцево-легеневої реанімації Європейської Ради Реанімації: https://cprguidelines.eu/assets/guidelines-translations/BLS_The-ERC-Guidelines-2021.pdf 32. Сайт Міністерства освіти і науки України. URL: http://metodportal.com/taxonomy/term/35 (дата звернення 10.04.2025 р.) 33. Уніфікований клінічний протокол екстреної медичної допомоги зовнішня кровотеча з тулуба та шиї : затверджено Наказом МОЗ України 21.06.2016 № 612: (Електронний ресурс). URL: https://www.dec.gov.ua/wp-content/uploads/2019/11/2016_612_ykpmd_krov_vyzl.pdf 34. Уніфікований клінічний протокол екстреної медичної допомоги масивна кровотеча з кінцівок: Наказ МОЗ України 21.06.2016 № 612: (Електронний ресурс). URL: https://www.dec.gov.ua/wp-content/uploads/2019/11/2016_612_ykpmd_krov_kinciv.pdf
Тривалість курсу	Два семестри
Обсяг курсу	Всього 90 годин, з них 14 годин лекційних аудиторних занять, 50 годин практичних занять та 26 годин самостійної роботи.

<table>
<tr><td>Очікувані результати навчання</td><td>Після завершення цього курсу студенти будуть:
Вміти здійснювати педагогічну діяльність (ПРН 13).
Курс забезпечує також наступні загальні та фахові компетентності: ЗК1, ЗК4, ЗК5, ЗК6, ЗК7, ЗК8, ЗК9, ЗК11, ЗК12, ЗК13, ЗК16, ЗК17, ЗК19, ФК13.

Внаслідок вивчення курсу студенти набуть також критично важливих у воєнний час умінь:
надавати першу допомогу у разі поранень, кровотеч, отруєнь та інших бойових уражень;
готувати та здійснювати медичну евакуацію;
здійснювати огляд постраждалого на наявність масивних кровотеч у тактичних умовах;
перевіряти прохідність дихальних шляхів та відновлювати їхню прохідність;
протидіяти впливу природних умов на організм людини;
надавати першу допомогу під вогнем: евакуація, зупинка кровотечі, укриття;
здійснювати допомогу в польових умовах: оцінка ABC, знеболення, накладання турнікетів, пов’язок, тампонада ран, контроль дихання;
алгоритм дій під вогнем (Care Under Fire);
порядок швидкої оцінки стану пораненого («огляд під загрозою»);
забезпечити стабілізацію постраждалого під час евакуації.</td></tr>
<tr><td>Ключові слова</td><td>спеціальна фізична підготовка, рухова активність, домедична допомога</td></tr>
<tr><td>Формат курсу</td><td>Очний</td></tr>
<tr><td>Теми</td><td>див. Схема курсу.</td></tr>
<tr><td>Підсумковий контроль, форма</td><td>Диференційований залік.</td></tr>
<tr><td>Пререквізити</td><td>Для вивчення курсу студенти потребують базових знань з дисциплін шкільної програми, зокрема біології та фізичного виховання.</td></tr>
<tr><td>Навчальні методи та техніки, які будуть використовуватися під час викладання курсу</td><td>Групова форма навчання<table><tr><td colspan="3">Методи навчання</td></tr><tr><td>Методи наочні</td><td>Методи словесні</td><td>Практичні методи</td></tr><tr><td>показ</td><td>розповідь</td><td>розучування частинами</td></tr><tr><td rowspan="3">демонстрація</td><td>пояснення</td><td>розучування вцілому</td></tr><tr><td>бесіда</td><td>практична допомога</td></tr><tr><td>вказівка</td><td>суворо-регламентовані вправи</td></tr><tr><td rowspan="2">звукові та зорові підрахунки</td><td>оцінка</td><td>ігровий</td></tr><tr><td>команда</td><td>змагальний</td></tr><tr><td>орієнтири</td><td>розпорядження</td><td>підвідні вправи</td></tr></table></td></tr>
<tr><td>Необхідне обладнання</td><td>Спортивний інвентар та обладнання</td></tr>
</table>

<table>
<tr><td>Критерії оцінювання (окремо для кожного виду навчальної діяльності)</td><td>
Критерії оцінювання практичних занять та самостійної роботи студентів
<table>
<tr><th>№ з/п</th><th>Критерії оцінки</th><th>Бали</th></tr>
<tr><td colspan="3">Спеціальна фізична підготовка</td></tr>
<tr><td>1.</td><td>Активність на заняттях</td><td>50</td></tr>
<tr><td>2.</td><td>Фізична підготовленість</td><td>10</td></tr>
<tr><td>3.</td><td>Самостійна робота (участь у спортиво-масових заходах, наукова студентська робота, додаткова теоретична підготовка)</td><td>10</td></tr>
<tr><td colspan="2">Разом</td><td>70</td></tr>
<tr><td colspan="2">Домедична підготовка</td><td>30</td></tr>
<tr><td colspan="2">ВСЬОГО</td><td>100</td></tr>
</table>
Відвідування занять є важливою складовою навчання. Очікується, що всі студенти відвідають практичні заняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов’язані дотримуватися усіх строків, визначених для виконання видів робіт, передбачених курсом.
Література. Уся література, яку студенти не зможуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Студенти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих.
Політика виставлення балів. Враховуються бали за активність студента під час практичного заняття, оцінюється рівень фізичної, технічної та теоретичної підготовленості, оцінюється рівень методичної підготовленості за виконання самостійних робіт.
Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються.
</td></tr>
<tr><td>Питання до заліку</td><td>
1. Що таке спортивне орієнтування і які його основні види?
2. Які елементи туристичного походу потрібно враховувати при плануванні маршруту?
3. Яке обладнання є обов’язковим для безпечного походу?
4. Як правильно користуватися картою та компасом під час орієнтування?
5. Які основні правила волейболу/баскетболу/футболу?
6. Як оцінюється ефективність командної взаємодії під час гри?
7. Які фізичні якості розвиваються у процесі спортивних ігор?
8. Як організувати розминку перед заняттям спортивною грою?
9. Які базові вправи включає кросфіт?
10. Які фізичні якості розвиваються завдяки кросфіту?
11. Які принципи безпечного виконання функціональних тренувань?
12. Як визначити інтенсивність вправ кросфіту для конкретного рівня підготовки?
13. Які фізичні якості розвиваються за допомогою легкої атлетики?
14. Які види бігових дистанцій використовуються для розвитку витривалості?
15. Які технічні вимоги до стрибків у довжину?
16. Як оцінюється прогрес студентки у розвитку фізичних якостей?
17. Які базові прийоми самозахисту ви знаєте?
18. Які правила безпеки необхідно дотримуватися під час тренувань самозахисту?
19. Як оцінюється ефективність виконання прийомів самозахисту?
20. Які базові навички домедичної допомоги потрібно знати кожному
</td></tr>
</table>

	студенту?
Опитування	Анкету-оцінку з метою оцінювання якості курсу буде надано по завершенню курсу.

Схема курсу

Змістовий модуль 1. Спеціальна фізична підготовка. III – IV семестри

Тиж. / дата / год.-	Тема, план, короткі тези	Форма діяльності	Література.*** Ресурси в інтернеті	Завдання, год	Термін виконання
III сем. 13-16 тижд. 8 год	**Тема 1.** Туристична підготовка з елементами спортивного орієнтування. Травматизм, перша допомога.	*Практичні заняття (групові) Самостійна робота – 3 год.*	*3,12-23*		*Впродовж зазначених тижнів*
IV сем. 1-4 тижд. 8 год	**Тема 2.** Спортивні ігри. Контроль та самоконтроль на заняттях зі спеціальної фізичної підготовки.	*Практичні заняття (групові) Самостійна робота 3 год.*	1, 2, 6, 7, 8, 10		*Впродовж зазначених тижнів*
IV сем. 5-8 тижд. 8 год.	**Тема 3.** Атлетична гімнастика. Кросфіт.	*Практичні заняття (групові) Самостійна робота 3 год.*	1, 2, 3, 6, 7, 8.		*Впродовж зазначених тижнів*
IV сем. 9-12 тижд. 8 год.	**Тема 4**. Основи самозахисту.	*Практичні заняття (групові) Самостійна робота -3 год.*	*4,5,8*		*Впродовж зазначених тижнів*
IV сем. 13-16 тижд. 8 год.	**Тема 5.** Легка атлетика. Розвиток швидкості, загальної та спеціальної витривалості.	*Практичні заняття (групові) Самостійна робота -4 год.*	1, 2, 3, 6, 7, 8.		*Впродовж зазначених тижнів*

Схема курсу

Змістовий модуль 2. Фізична та домедична підготовка III семестр

Тиж-день	**Тема, форма діяльності, план, короткі тези**	**Форма заняття**	**Завдання, рекомендовані джерела інформації, год**	**Термін виконання, оцінювання**

Тиж-день	Тема, форма діяльності, план, короткі тези	Форма заняття	Завдання, рекомендовані джерела інформації, год	Термін виконання, оцінювання
I 2 год.	**Тема 1. Виживання.** *Забезпечення життєдіяльності в польових умовах*. Алгоритм дій в екстремальних умовах, зв'язок і комунікація (сигнали допомоги) в екстремальних умовах. Чинники ризику та виживання в природі. Аварійне орієнтування на місцевості.	Лекція. Самостійна робота – 1 год.	Самостійне опрацювання питань лекції за рекомендованими джерелами інформації: **24, 25, 26, 27.**	Протягом тижня
II 2 год.	**Тема 1. Виживання.** *Пересування та правильний вибір укриття* (умови – ліс, лісосмуга, степ, міська забудова, береги річок, болота). Обладнання укриття. Аварійне використання підручних засобів. Забезпечення водою, вогнем та їжею.	Практичне заняття Самостійна робота – 1 год.	Самостійне опрацювання теоретичних питань практичної роботи для проведення на занятті попередньої дискусії за рекомендованими джерелами інформації: **24, 25, 26, 27.**	Протягом тижня
III 2 год.	**Тема 2. Планування та організація домедичної підготовки.** *Планування та організація домедичної допомоги на етапі "допомога під вогнем" (CUF).* Вступ до протоколу курсу тактичної медицини "Tactical Combat Casualty Care" (TCCC). Основні причини смертей на полі бою, яких можна уникнути, та заходи для збільшення виживання. Фази надання допомоги в TCCC та пріоритети під час кожної з них. Три основні цілі TCCC.	Лекція Самостійна робота – 0,5 год	Самостійне опрацювання питань лекції за рекомендованими джерелами інформації: **11, 12, 13.**	Протягом тижня
IV 2 год.	**Тема 2. Планування та організація домедичної підготовки.** *Принципи надання допомоги в бойовій та небойовій обстановці на різній місцевості.* Роль немедичного особового складу під час надання допомоги в тактичних умовах. Ключові чинники впливу на надання допомоги в тактичних умовах. Призначення, склад, правила використання аптечки медичної загальновійськової індивідуальної (АМЗІ).	Лекція Самостійна робота – 0,5 год	Самостійне опрацювання питань лекції за рекомендованими джерелами інформації: **11, 12, 13.**	Протягом тижня
V 2 год.	**Тема 2. Планування та організація домедичної підготовки.** *Етапи та обсяг надання допомоги у військово-польових умовах.* Тактична бойова допомога пораненим. Фази допомоги, відповідні тактики та ліки/матеріали для кожного етапу надання допомоги. Взаємодія в команді, евакуація поранених. Принцип «вижити самому – допомогти іншому»: розстановка пріоритетів у бойових умовах.	Практичне заняття Самостійна робота – 1 год.	Самостійне опрацювання питань лекції за рекомендованими джерелами інформації: **14, 15, 16.**	Протягом тижня

Тиж-день	Тема, форма діяльності, план, короткі тези	Форма заняття	Завдання, рекомендовані джерела інформації, год	Термін виконання, оцінювання
VI 2 год.	**Тема 3. Принципи та застосування допомоги в польових умовах.** *Надання домедичної допомоги на етапі "допомога під вогнем/під загрозою" (Care under fire/Threat, CUF).* Вплив тактичної обстановки на надання допомоги. Порядок дій перед наданням допомоги пораненому для запобігання додатковим втратам. Основні обмеження надання допомоги в умовах прямої загрози. Пріоритети та алгоритм дій для допомоги пораненому під вогнем та під час його транспортування.	Лекція Самостійна робота – 0,5 год	Самостійне опрацювання питань лекції за рекомендованими джерелами інформації: **20, 21, 22.**	Протягом тижня
VII 2 год.	**Тема 3. Принципи та застосування допомоги в польових умовах.** *Тактична польова допомога (TFC).* Принципи та застосування допомоги в польових умовах. Забезпечення охорони та безпеки постраждалого під час тактичного польового догляду. Принципи витягування постраждалого з місця поранення з урахуванням специфіки підрозділу. Способи передавання інформації про постраждалого до командування або медичного персоналу. Допомога під вогнем/під загрозою. Огляд пораненого на полі бою. Швидка оцінка постраждалого Ідентифікація загрозливих станів (масивна кровотеча, непритомність, поранення кінцівок). Порядок проведення, виявлення пошкоджень, обсяг надання допомоги.	Лекція Самостійна робота – 0,5 год.	Самостійне опрацювання питань лекції за рекомендованими джерелами інформації: **20, 21, 22.**	Протягом тижня
VIII 2 год.	**Тема 3. Принципи та застосування допомоги в польових умовах.** *Способи та методи евакуації.* Принципи сортування під час тактичної польової допомоги. Способи перетягування/перенесення пораненого під вогнем одним та двома бійцями. Одним рятувальником: за лямки, під пахви, за пасок, модифікований метод пожежника. Двома рятувальниками: за лямки, під пахви, за пасок і шию.	Практичне заняття Самостійна робота – 1 год	Самостійне опрацювання теоретичних питань практичної роботи для проведення на занятті попередньої дискусії за рекомендованими джерелами інформації: **28, 29.**	Протягом тижня
IX 2 год.	**Тема 4. Зупинка кровотеч. Накладання турнікетів.** *Зупинка кровотеч*. Загальна будова серцево-судинної системи. Типи кровотеч, їхня характеристика та небезпека. Методи зупинки кровотечі: прямий тиск на рану, накладання медичних турнікетів (C.A.T., SOFT-T), створення і використання саморобного джгута, використання гемостатичних бинтів, тампонування ран: техніка, послідовність, фіксація. Критерії ефективної зупинки кровотечі.	Лекція Самостійна робота – 1 год.	Самостійне опрацювання питань лекції за рекомендованими джерелами інформації: **17, 18, 19.**	Протягом тижня

Тиж-день	Тема, форма діяльності, план, короткі тези	Форма заняття	Завдання, рекомендовані джерела інформації, год	Термін виконання, оцінювання
X 2 год.	**Тема 4. Зупинка кровотеч. Накладання турнікетів.** *Накладання турнікетів.* Накладання турнікету на етапі “допомога під вогнем” однією або двома руками. Техніка накладання турнікета: на себе / на іншу особу, на верхні та нижні кінцівки. Контроль життєвих показників після застосування турнікету.	Практичне заняття Самостійна робота – 1 год.	Самостійне опрацювання теоретичних питань практичної роботи для проведення на занятті попередньої дискусії за рекомендованими джерелами інформації**: 17, 18, 19**	Протягом тижня
XI 2 год.	**Тема 5. Контроль масивних кровотеч та прохідність дихальних шляхів.** *Масивні кровотечі і методи їхньої зупинки.* Поняття масивної кровотечі. Здійснення огляду масових кровотеч у тактичних умовах. Визначення кровотеч, що загрожують життю, та важливість якнайшвидшого накладання турнікета на кінцівку для контролю таких кровотеч. Застосовування прямого та непрямого тиск для зупинки кровотеч. Ризики застосування імпровізованого турнікету. Застосування тампонади вузлових поранень гомеостатичним бинтом. Алгоритм накладання тиснучих пов’язок.	Лекція Самостійна робота – 1 год.	Самостійне опрацювання питань лекції за рекомендованими джерелами інформації: **17, 18,19**	Протягом тижня
XII 2 год.	**Тема 5. Контроль масивних кровотеч та прохідність дихальних шляхів.** *Прохідність дихальних шляхів.* Анатомія і фізіологія дихальної системи людини. Причини та ознаки порушення прохідності дихальних шляхів. Алгоритм перевірки дихання за схемою “чую-бачу-відчуваю”. Способи відкриття дихальних шляхів закиданням голови/підняттям підборіддя чи відведенням щелепи. Забезпечення прохідності дихальних шляхів під час транспортування постраждалого. Переведення пораненого у стабільне бокове положення в тактичних умовах.	Практичне заняття Самостійна робота – 1 год.	Самостійне опрацювання теоретичних питань практичної роботи для проведення на занятті попередньої дискусії за рекомендованими джерелами інформації: **17**	Протягом тижня