« 09 » հոկտեմբեր 2026թ. No 5887 – Ա

**«ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ԲԺՇԿՈՒԹՅԱՆ ՆՈՐԱՐԱՐԱԿԱՆ ՄՈՏԵՑՈՒՄՆԵՐ» ԹԵՄԱՅՈՎ ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ**

**2026թ.-ից կրկնողաբար, առցանց («Զում» հարթակ)**

**«Գլոբալ Մեդ» ՍՊԸ**

- Թիրախային լսարան՝ վնասվածքաբան-օրթոպեդներ, ընտանեկան բժիշկներ, անհետաձգելի օգնության բժիշկներ, սպորտային բժիշկներ, ֆիզիկական և վերականգնողական բժշկության մասնագետներ, կինեզիոթերապևտներ, կինեզիոլոգներ
- Մասնակիցների ակնկալվող թվաքանակ՝ մինչև 50 հոգի
- մասնակիցներին շնորհել ՇՄԶ 40 տեսական կրեդիտ.
  դասավանդողներ Սուրեն Սիմոնյանին՝ ՇՄԶ 10 տեսական կրեդիտ, Երեմ Պողոսյանին՝ ՇՄԶ 10 տեսական կրեդիտ, Տիգրան Պետրոսյանին՝ ՇՄԶ 10 տեսական կրեդիտ, Նորայր Գասպարյանին՝ ՇՄԶ 10 տեսական կրեդիտ

- Կոնտակտ 093460560

| **Մոդուլ 1. Սպորտային բժշկության հիմնական ուղղությունները** | | |
|---|---|---|
| **Օր 1** | | |
| 2 ժամ | Վերականգնումը սպորտում<br>• Սպորտային վերականգնման հիմնական սկզբունքները<br>• Վերականգնման փուլերը և մեթոդները<br>• Ֆիզիկական ծանրաբեռնվածությունից հետո օրգանիզմի վերականգնումը | Սուրեն Սիմոնյան |
| **Օր 2** | | |
| 2 ժամ | Դոպինգային հսկողություն<br>• Դոպինգի հասկացությունը և հիմնական տեսակները<br>• Արգելված նյութերն ու մեթոդները<br>• Դոպինգային հսկողության կազմակերպումը և մարզիկի պատասխանատվությունը | Սուրեն Սիմոնյան |
| **Օր 3** | | |

| | | |
|---|---|---|
| 2 ժամ | Վնասվածքները մարզիկների շրջանում<br>• Սպորտային վնասվածքների տեսակները և առաջացման պատճառները<br>• Կանխարգելման հիմնական սկզբունքները<br>• Առաջնային գնահատում և համապատասխան ուղղորդում | Սուրեն Սիմոնյան |
| **Օր 4** | | |
| 2 ժամ | Մարզիկների ֆիզիկական զարգացումը<br>• Ֆիզիկական զարգացման հիմնական ցուցանիշները<br>• Տարիքային և սեռային առանձնահատկությունները<br>• Ֆիզիկական զարգացման գնահատումն ու վերահսկումը | Սուրեն Սիմոնյան |
| **Օր 5** | | |
| 2 ժամ | Ակլիմատիզացիան և ադապտացիան նոր կլիմայական պայմաններում<br>• Օրգանիզմի հարմարվողական մեխանիզմները<br>• Բարձրության, ջերմաստիճանի և խոնավության ազդեցությունը մարզիկի վրա<br>• Մարզումների և մրցումների նախապատրաստման առանձնահատկությունները | Սուրեն Սիմոնյան |
| **Մոդուլ 2. Կոտրվածքների ախտորոշում, բուժում և վերականգնում** | | |
| **Օր 6** | | |
| 2 ժամ | Կոտրվածքների ընդհանուր հիմունքները<br>• Ներածություն<br>• Ոսկրի անատոմիա և ֆիզիոլոգիա<br>• Կոտրվածքների էթիոլոգիա<br>• Կոտրվածքների դասակարգում | Երեմ Պողոսյան |
| **Օր 7** | | |
| 2 ժամ | Կոտրվածքների առաջացման մեխանիզմը և ախտորոշումը<br>• Վնասվածքի մեխանիզմ<br>• Կլինիկական ախտորոշում<br>• Ռադիոլոգիական ախտորոշում | Երեմ Պողոսյան |
| **Օր 8** | | |
| 2 ժամ | Ոսկրի լավացման և սերտաճման գործընթացը<br>• Ոսկրի լավացման կենսափուլերը<br>• Ոսկրի սերտաճման վրա ազդող գործոնները<br>• Կոտրվածքների բուժման հիմնական սկզբունքները | Երեմ Պողոսյան |

| | | |
|---|---|---|
| **Օր 9** | | |
| 2 ժամ | Կոտրվածքների բուժման մեթոդները և բարդությունները<br>• Ֆիքսացիայի տեսակները<br>• Բաց կոտրվածքներ<br>• Հատուկ տեսակի կոտրվածքներ<br>• Վաղ և ուշ բարդություններ | Երեմ Պողոսյան |
| **Օր 10** | | |
| 2 ժամ | Կոտրվածքներից հետո վերականգնումը և կլինիկական մոտեցումները<br>• Վերականգնման փուլերն ու սկզբունքները<br>• Ապացուցողական բժշկության մոտեցումները<br>• Կլինիկական դեպքերի քննարկում<br>• Ամփոփում և հարցուպատասխան | Երեմ Պողոսյան |
| **Մոդուլ 3. Ֆիզիկական և վերականգնողական բժշկությունը սպորտում** | | |
| **Օր 11** | | |
| 2 ժամ | Ֆիզիկական և վերականգնողական բժշկությունը սպորտում<br>• Հիմնական սկզբունքները<br>• Բազմամասնագիտական թիմի դերը<br>• Մասնագետների համագործակցությունը մարզիկի վերականգնման ընթացքում | Տիգրան Պետրոսյան |
| **Օր 12** | | |
| 2 ժամ | Մարզիկի ֆունկցիոնալ գնահատումը և կատարողականության թեստավորումը<br>• Ֆունկցիոնալ վիճակի գնահատման սկզբունքները<br>• Շարժողական և ֆիզիկական կարողությունների թեստավորում<br>• Արդյունքների մեկնաբանում | Տիգրան Պետրոսյան |
| **Օր 13** | | |
| 2 ժամ | Ֆիզիկական թերապիան սպորտային վերականգնման գործընթացում<br>• Ֆիզիկական թերապիայի հիմնական մեթոդները<br>• Անհատական վերականգնողական ծրագրի մշակում<br>• Վնասվածքների կրկնության կանխարգելում | Տիգրան Պետրոսյան |
| **Օր 14** | | |
| 2 ժամ | Մարզիկի ֆունկցիոնալ գնահատման ժամանակակից տեխնոլոգիաները<br>• Թվային և գործիքային գնահատման մեթոդները<br>• Շարժումների վերլուծություն | Տիգրան Պետրոսյան |

| | | |
|---|---|---|
| | • Տվյալների կիրառումը մարզումային և վերականգնողական ծրագրերում | |
| **Օր 15** | | |
| 2 ժամ | Վերադարձը սպորտ և մարզական կատարողականություն<br>• Մարզումներին և մրցումներին վերադառնալու չափանիշները<br>• Ֆունկցիոնալ պատրաստվածության գնահատում<br>• Ռիսկերի գնահատում և որոշումների կայացում | Տիգրան Պետրոսյան |
| **Օր 16** | | |
| 2 ժամ | Սպորտային սննդաբանություն | Նորայր Գասպարյան |
| **Օր 17** | | |
| 2 ժամ | Գերհոգնածություն, գերմարզվածությունը սպորտում | Նորայր Գասպարյան |
| **Օր 18** | | |
| 2 ժամ | Հանկարծամահությունը սպորտում | Նորայր Գասպարյան |
| **Օր 19** | | |
| 2 ժամ | Անհետաձգելի իրավիճակները սպորտում | Նորայր Գասպարյան |
| **Օր 20** | | |
| 2 ժամ | Վնասվածքների կանխարգելման սկզբունքները սպորտում | Նորայր Գասպարյան |