Силабус курсу

Спортивна медицина

Ступінь вищої освіти – бакалавр

Освітньо-наукова програма 017 «Фізична культура і спорт»

Рік навчання: 3, **Семестр:** 5

Кількість кредитів: 5 **Мова викладання:** українська

Керівник курсу

ПІП К.б.н., доц. Безпалова Наталія Миколаївна

Контактна інформація nbezpalova7@gmail.com, +380509256037

Опис дисципліни

Дисципліна “Спортивна медицина” спрямована на формування у студентів теоретичних знань та вироблення практичних навичок з проведення лікувальної фізичної культури та залежно від виду захворювання використовувати основні і допоміжні прийоми спортивної медицини.

Структура курсу

Години Лек/Сем	Тема	Результати навчання	Завдання
2/1	1. Основні поняття спортивної медицини. Поняття про реабілітацію, її завдання, принципи та засоби.	Знати сучасні методи обстеження фізкультурників та спортсменів. Вміти користуватися методикою комплексного медичного обстеження.	Поточне опитування
2/1	2. Основи медичної реабілітації. Поняття про лікарський контроль. Визначення медичної реабілітації. Засоби, види медичної реабілітації.	Ознайомитися з спортивно-фізичною реабілітацією в клініці внутрішніх хвороб, при захворюваннях та травмах систем організму. Знати аспекти, завдання, етапи медичної реабілітації.	Поточне опитування
2/1	3 Основи медичної реабілітації.	Знати які зміни відбуваються в організмі при виконанні фізичних. навантажень.	Поточне опитування

	Методи оцінки рівня фізичного розвитку. Особливості фізичного розвитку спортсменів за видами спорту	Ознайомитися з правилами допуску до занять фізичною культурою та спортом, вибором індивідуального рухового режиму. Вміти робити кількісну оцінку рівня фізичного здоров'я та експрес – оцінку фізичного стану людини. Вміти проводити дослідження і оцінку фізичного розвитку, фізичної працездатності людини та функціональних здібностей організму за допомогою функціональних проб.	
2/1	4. Зміни в організмі при виконанні фізичних навантажень. Допуск до занять фізичною культурою та спортом, вибір індивідуального рухового режиму. Кількісна оцінка рівня фізичного здоров'я Експрес – оцінка фізичного стану людини.	Ознайомитися з проведенням лікарсько-педагогічного контролю в процесі занять фізичними вправами. Знати засоби відновлення та стимуляції під час оздоровчих та спортивних тренувань. Вивчати та оцінювати функціональний стан ЦНС спортсменів. Знати засоби і методи медичного забезпечення спортивних змагань і спортивно-масових заходів.	Поточне опитування
2/1	5. Зміни в організмі при виконанні фізичних навантажень. Передпатологічні стани й захворювання, які виникають при нераціональних заняттях фізичною культурою і спортом.	Знати види захворювання і пошкодження органів серцево-судинної системи та системи дихання при заняттях спортом. Знати види та причини спортивного травматизму. Вміти проводити дослідження дихальної системи. Скласти комплекс заходів фізичної реабілітації при захворюваннях органів дихання, серцево-судинної та нервової систем.	Поточне опитування
2/1	6. Передпатологічні стани й захворювання, які виникають при нераціональних заняттях фізичною культурою і спортом.	Вивчити основи раціонального харчування спортсменів. Вміти робити оцінку харчового статусу спортсменів в залежності від видів спорту. Знати основи адаптаційного харчування спортсменів. Скласти меню харчування спортсменів в різні періоди тренувального циклу. Знати як проводиться допінг – контроль, його види.	Поточне опитування
2/1	7. Лікарсько-педагогічний контроль в процесі занять фізичними вправами.	Знати засоби відновлення та стимуляції під час оздоровчих та спортивних тренувань. Вивчення та оцінка функціонального стану ЦНС спортсменів. Медичне забезпечення спортивних змагань і спортивно-масових заходів.	Поточне опитування

2/1	8. Лікарсько-педагогічний контроль в процесі занять фізичними вправами.	Ознайомитися з фармакологічними препаратами в спорті. Рослинні препарати в спорті.	Поточне опитування
2/1	9. Загальна характеристика захворюваності спортсменів.	Ознайомитися з захворюваннями і пошкодженнями органів серцево-судинної системи та системи дихання при заняттях спортом. Характеристика спортивного травматизму. Травми головного і спинного мозку. Фізична реабілітація при захворюваннях органів дихання, серцево-судинної та нервової систем.	Поточне опитування
2/1	10. Фізична реабілітація при захворюваннях органів дихання, серцево-судинної та нервової систем.	Вміти використовувати засоби фізичної реабілітації при захворюваннях органів дихання, серцево-судинної та нервової систем	Поточне опитування
2/-	11. Загальна характеристика захворюваності спортсменів.	Вміти охарактеризувати спортивний травматизм.	Поточне опитування
2/1	12. Загальна характеристика захворюваності спортсменів.	Ознайомитися з травмами головного і спинного мозку.	Поточне опитування
2/1	13. Загальна характеристика захворюваності спортсменів.	Характеризувати травми опорно-рухового апарату. Переломи, забої, розтягнення. Лікувальна фізична культура в клініці внутрішніх хвороб.	Поточне опитування
2/-	14. Основи раціонального харчування спортсменів.	Вміти робити оцінку харчового статусу спортсменів в залежності від видів спорту. Основи адаптаційного харчування спортсменів.	Поточне опитування
2/1	15. Основи раціонального харчування спортсменів.	Вміти складати раціони адаптаційного харчування спортсменів.	Поточне опитування
2/1	16. Поняття про допінг.	Ознайомитися з препаратами допінгу. Знати методику проведення допінг - контролю.	Поточне опитування

Літературні джерела

1. Безпалова Н. М. Спортивна медицина. Методичні вказівки до практичних занять для студентів спеціальності «Фізична культура і спорт» /Тернопіль : ЗУНУ, 2021 62 с.

2. Безпалова Н. М. Оцінювання функціонального стану систем організму. Методичні вказівки до практичних занять з курсу "Спортивна медицина" для студентів спеціальності «Фізична культура і спорт» /Тернопіль : ЗУНУ, 2021 23 с.
3. Безпалова Н., Чорненький А., Дударь І. Причини та види травм на заняттях баскетболом. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія No 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць*. 2023. №3 (161). С.44-47.
4. Білл Брайсон. The Body. A Guide for Occupants. Transworld Digital. 2019. 464с.
5. Біомедична інженерія [Biomedical engineering]. https://kpi.ua/. URL: https://kpi.ua/biomedical_engineering (дата звернення: 27.12.2023)
6. Земцова І. І. Спортивна фізіологія : навчальний посібник. Київ: Олімпійська литература, 2018. 208 с.
7. Імас І., Борисова Є., Футорний О., Циганенко С. Вибір екологічно безпечних територій для проведення спортивних заходів як складова концепція сталого розвитку спорту. [Selection of environmentally safe areas for sports events as a component of the concept of sustainable development of sports] *Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія.* 2022; 2:1318. doi: 10.32652/spmed.2022.2.13-18
8. Консервативне лікування переломів дистального метаепіфізу костей кисті / Тарасевич Т. Ю., Трубніков В. І. *ActaBiomedicaScientifica.* 2020 р. № 5. С. 136-139.
9. Котко Д. М, Гончарук Н. Л, Шевцов С. М, Левон М. М. Довкілля та фізична працездатність спортсмена [Environment and physical performance of the athlete]. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова.* Серія 15. 2022;12(158):5965. doi: 10.31392/NPU nc.series15.2022.12(158).14
10. Осадча О. І, Шматова О. О. Особливості формування муконазального імунітету у спортсменів-легкоатлетів під впливом фізичного навантаження в тренувальний період [Features of formation of muconasal immunity in track and field athletes under the influence of physical load in the training period]. Спортивна медицина і фізична реабілітація. 2021; 2:130-137
11. Спортивна медицина: підруч. для студ. закл. вищої освіти фіз. виховання і спорту / Л. Я.-Г. Шахліна, та ін. К.: Національний університет фізичного виховання і спорту України, Олімпійська література, 2018. 424 с.
12. Назаренко, Г. І. Відновне лікування посттравматичних контрактур. *Лікувальна фізкультура та спортивна медицина.* 2019. № 7 (115). С. 20-27.
13. Нечипор Н. О. Фізіологія людини з основами біомеханіки жувального апарату. Львів : КЗВО ЛОР «Львівська медична академія ім. Андрея Крупинського», 2025. 153 с.
14. Потапчук А. А., Дідур М. Д. Постава та фізичний розвиток. К.: Мова, 2021. 240 с.
15. Стюарт Г. Ралстон, Ян Д. Пенман, Марк В.Дж. Стрекен, Річард П. Гобсон. Медицина за Девідсоном: принципи і практика. Підручник. К.: Медицина. Том 1, 2020 258с.
16. Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина: Нейрореабілітація: Том 2 Національний підручник / Сокрут В. М. та ін. Слов'янськ-Тернопіль-Київ : Друкарський двір, 2020. 340 с.
17. Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина: Нейрореабілітація. Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М. Сокрута. Львів : ФОП Марченко Т. В., 2023. т. 2., 340 с.
18. Фізична терапія при порушені діяльності опорно-рухового апарату / Попович Д. В., та ін. Навчальний посібник, 2024. Тернопіль: ТНМУ. 222с.
19. Френк Г. Неттер. Атлас анатомії людини з латинською термінологією: 7-те видання. Медицина, 2023. 655 с.
20. Цанько І.І., Антонова-Рафі Ю.В., Куріло С.М., Данько Д.І. Методи обстеження в фізичній терапії, ерготерапії. КПІ ім. Ігоря Сікорського. 2023. 162 с.
21. Meyer-Lindemann U, Moggio A, Dutch A, Kessler T, Sager HB. The effect of physical exercise on immunity, metabolism and atherosclerosis. International Journal of Molecular Sciences. 2023; 24(4):3394

22. Mykhaliuk YL, Syvolap VV, Horokhovskyi YY. Autonomic support of central hemodynamics and physical working capacity in female swimmers and runners in a one-year training cycle. Zaporozhye medical journal. 2022;24(1): 44-48. https://doi.org/10.14739/2310-1210.2022.1.244838

Електронні джерела:

1. http://www.nbuv.gov.ua/ (Сайт Національної бібліотеки України імені В.І. Вернадського).

Політика оцінювання

У процесі вивчення дисципліни використовуються такі засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання: поточне опитування, тестування; оцінювання результатів модульної контрольної роботи; оцінювання результатів самостійної роботи студентів; тренінг, інші види індивідуальних та групових завдань.

Політика щодо дедлайнів і перескладання. Для виконання індивідуальних завдань і проведення контрольних заходів встановлюються конкретні терміни. Перескладання модулів відбувається з дозволу дирекції факультету за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

Політика щодо академічної доброчесності. Використання друкованих і електронних джерел інформації під час контрольних заходів заборонено.

Політика щодо відвідування. Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання. За об'єктивних причин (наприклад, карантин, воєнний стан, хвороба, закордонне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу з дозволу дирекції факультету.

Оцінювання

- Остаточна оцінка за курс розраховується наступним чином:

Види оцінювання	% від остаточної оцінки
Модуль № 1	40
Модуль № 2	40
Модуль № 3 (тренінг)	5
Модуль № 4 (самостійна робота)	15

Критерії рейтингового оцінювання

Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3	Модуль 4
20 %	20 %	20 %	20 %	5 %	15 %
Поточне опитування	Модульний контроль	Поточне опитування	Модульний контроль	Тренінг	Самостійна робота
Визначається як середнє арифметичне	10 тестів по 3 бали; одне	Визначається як середнє арифметичне	10 тестів по 3 бали; одне	Оцінюється виконання певних	Оцінка за проходження тестування

з оцінок під час занять (усне опитування вивченого матеріалу, 25 тестових питань по 4 бали, схематичні замальовки по 5 балів, словник фізіологічних термінів-5 балів)	теорeретичних питання - 30 балів; друге теоретичне питання – 40 балів..	з оцінок під час занять (усне опитування вивченого матеріалу, 25 тестових питань по 4 бали, схематичні замальовки по 5 балів, словник фізіологічних термінів-5 балів)	теорeретичних питання - 30 балів; друге теоретичне питання – 40 балів.	завдань тренінгу (три теоретичних та два практичних завдання)	(25тестів по 4 бали), або письмова робота (1 питання-30 балів, 2 питання – 30 балів, 3 питання – 40 балів)

Критерії оцінювання:

Поточне опитування під час заняття:

90–100 балів – у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, активно працює на практичних заняттях;

75–89 балів – достатньо повно володіє навчальним матеріалом, але при роботі з муляжами у студента не вистачає практичних знань, допускаються при цьому окремі несуттєві неточності та незначні помилки;

65–74 бали - в цілому засвоїв навчальний матеріал та володіє його основним змістом, але допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки;

60–64 бали - не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом, фрагментарно його засвоює, допускаючи при цьому суттєві неточності;

1–59 балів – не володіє навчальним матеріалом.

Модульний контроль - вид контролю, при якому засвоєння студентом теоретичного та практичного матеріалу оцінюється від 0 до 100 балів як сума балів за володіння теоретичними знаннями, виконання тести з пройденого матеріалу, виконання завдань з медичного контролю, оформлення словника медичних термінів.

Тренінг: складається з демонстрації знань в застосуванні муляжів, плакатів, мультимедійних матеріалів, медичних приладів, спортивних тренажерів.

Самостійна робота: засвоєння студентом теоретичного та практичного матеріалу самостійно, яке оцінюється від 0 до 100 балів як середнє арифметичне з оцінок за поточне оцінювання, практичні завдання та ведення словника медичних термінів.

Шкала оцінювання студентів:

ECTS	Бали	Зміст
A	90-100	відмінно
B	85-89	добре
C	75-84	добре

D	65-74	задовільно
E	60-64	достатньо
FX	35-59	незадовільно з можливістю повторного складання
F	1-34	незадовільно з обов’язковим повторним курсом