

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально - науковий інститут охорони здоров'я

Затверджено
Валерій СОРОКА
2023-02-13 19:43:53.687

08-02-40S

СИЛАБУС навчальної дисципліни		SYLLABUS	
«Спортивна медицина»		«Sports medicine»	
Шифр за ОП	ФП 4	Code in Degree Programme	
Освітній рівень: Бакалаврський (перший)		Level of Education: Bachelor's (first)	
Галузь знань: Освіта/Педагогіка	01	Field of Knowledge: Education/Pedagogy	
Спеціальність: Фізична культура і спорт	017	Field of Study: Physical culture and sports	
Освітня програма: Фізична культура і спорт		Degree Programme: Physical culture and sports	

Силабус освітнього компонента «**Спортивна медицина**» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, які навчаються за освітньо-професійною програмою «**Фізична культура і спорт**», спеціальності 017 «**Фізична культура і спорт**», Рівне. НУВГП. 2022. 9 с.

ОПП на сайті університету: <http://ep3.nuwm.edu.ua/id/eprint/25436>

Розробники силабусу: Григус Ігор Михайлович, доктор медичних наук, професор, директор Навчально-наукового інституту охорони здоров'я; Кирик Олег Олегович, старший викладач кафедри фізичної терапії, ерготерапії.

Силабус схвалений на засіданні кафедри теорії та методики фізичного виховання

Протокол № 1 від “30” серпня 2022 року

В. о. завідувача кафедри: е-підпис Гамма Тетяна Вікторівна – кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Гарант освітньої програми: в. о. завідувача кафедри Гамма Тетяна Вікторівна, кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ



Протокол № 1 від “06” вересня 2022 року

Голова науково-методичної ради з якості ННІОЗ: е-підпис Григус Ігор Михайлович, д.мед.н., професор.

©Григус І.М., 2022

©Кирик О.О., 2022

©НУВГП, 2022

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ	
Ступінь вищої освіти	<i>Бакалавр</i>
Освітня програма	<i>Фізична культура і спорт</i>
Спеціальність	<i>017 «Фізична культура і спорт»</i>
Рік навчання, семестр	<i>1-й (2 семестр)</i>
Кількість кредитів	<i>5 кредитів ЄКТС</i>
Лекції:	<i>24 год денна</i>
Лабораторні заняття:	<i>48 год денна</i>
Самостійна робота:	<i>78 год</i>
Курсова робота:	<i>ні</i>
Форма навчання	<i>денна/заочна</i>
Форма підсумкового контролю	<i>екзамен</i>
Мова викладання	<i>Українська</i>
ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА	
ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА	
<p>Лектор</p> 	<i>Григус Ігор Михайлович, доктор медичних наук, професор, директор Навчально-наукового інституту охорони здоров'я.</i>
Вікіситет	http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Григус_Ігор_Михайлович
ORCID	https://orcid.org/0000-0003-2856-8514
Як комунікувати	<i>i.m.grygus@nuwm.edu.ua</i>
<p>Асистент</p> 	<i>Кирик Олег Олегович, старший викладач кафедри фізичної терапії, ерготерапії.</i>
Вікіситет	http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Кирик_Олег_Олегович
ORCID	https://orcid.org/0000-0003-4326-4260
Як комунікувати	<i>o.o.kyryk@nuwm.edu.ua</i>

ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

<p>Анотація освітньої компоненти, в т.ч. мета та цілі</p>	<p><i>Метою викладання навчальної дисципліни «Спортивна медицина» є формування у студентів фундаментальних знань стосовно медичних аспектів адаптації; реакції організму на фізичні вправи; чинники ризику, граничні стани, травматизм, захворюваність у спорті; медичне забезпечення тренувань; медична профілактика і контроль; основи лікарсько-педагогічних спостережень; стимулювання працездатності та відновлення. Завдання вивчення дисципліни передбачає визначення стану здоров'я, фізичного розвитку і в відповідності з цим рекомендація раціональних засобів і методів фізичного виховання та спортивного тренування; організація і здійснення регулярного лікарського спостереження за здоров'ям усіх осіб, які займаються оздоровчою фізичною культурою і спортом; визначення найбільш раціональних санітарно-гігієнічних умов фізичного виховання і здійснення системи заходів, спрямованих на усунення факторів, що чинять несприятливий вплив на людину в процесі занять оздоровчою фізичною культурою і спортом; сприяння правильному проведенню занять оздоровчою фізичною культурою і спортом з особами різного віку і статі, різних професій і з різним станом здоров'я.</i></p>
<p>Посилання на розміщення освітньої компоненти на навчальній платформі Moodle</p>	<p>https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=5285</p>
<p>Загальні компетентності (ЗК)</p>	<p>ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК4. Здатність працювати в команді. ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p>
<p>Фахові компетентності спеціальності (ФК)</p>	<p>ФК7. Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини. ФК8. Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини. ФК9. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів. ФК11. Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом</p>
<p>Програмні результати навчання</p>	<p>ПРН10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.</p>
<p>Перелік соціальних, «м'яких» навичок (soft skills)</p>	<p>Взаємодія з людьми, вміння працювати в команді, грамотність, здатність до навчання, знаходити вихід з складних ситуацій, комунікаційні якості, навички ведення перемовин, працелюбність, саморозвиток, уміння слухати і запитувати.</p>
<p>Форми та методи навчання</p>	<p>В умовах модульно-кредитної технології навчання заняття проводяться переважно в активних і творчих формах – це проблемні й оглядові лекції, активні семінари, лабораторні заняття, ділові ігри, тренінги, заняття із застосуванням комп'ютерної та телекомунікаційної техніки тощо. Для формувань уміння і навичок застосовуються такі методи</p>

	<p>навчання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вербальні/словесні (лекція, пояснення, розповідь, бесіда, інструктаж); - наочні (спостереження, ілюстрація, демонстрація); - практичні (різні види вправління, виконання графічних робіт, проведення експерименту, практики); - пояснювально-ілюстративний або інформаційно-рецептивний, який передбачає пред'явлення готової інформації викладачем та її засвоєння студентами; - репродуктивний, в основу якого покладено виконання різного роду завдань за зразком; - метод проблемного викладу; - частково-пошуковий або евристичний; - дослідницький.
--	---

СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ

Лекцій – 24 год	Лабораторних – 48 год	Самостійна робота – 78 год
-----------------	-----------------------	----------------------------

Програмні результати навчання - ПРН 10

ПРН10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	<p>1. Навчитись проводити функціональні проби та оцінювати рухову активність, визначати фізичний стан.</p> <p>2. Опанувати правила по організації та проведенню фізкультурно-оздоровчих заходів.</p>
Методи та технології навчання	<p><u>Методи:</u> демонстрація, творчий метод, проблемно-пошуковий метод, навчальна дискусія/дебати, мозковий штурм, аналіз ситуації.</p> <p><u>Технології:</u></p> <p><i>Імітаційні</i> (рольові та ділові ігри).</p> <p><i>Неімітаційні</i> (розгляд проблемних питань, демонстрація відео).</p> <p><i>Робота в малих групах (команді).</i></p> <p><i>Проектна технологія.</i></p> <p><i>Аналіз конкретних ситуацій (case study).</i></p>
Засоби навчання	Тренажери, лабораторне обладнання, графічні засоби, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди.

За поточну (практичну) складову оцінювання 60 балів	За модульний контроль знань, Модуль 1 – 20 балів Модуль 2 – 20 балів
--	--

Усього за поточну (практичну) складову	60
--	----

оцінювання, балів	
Усього за модульний (теоретичний) контроль знань, модуль 1, модуль 2, бали	40
Усього за дисципліну	100

ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

Тема 1. Вступ до дисципліни «Спортивна медицина». Поняття про лікарський контроль.
Тема 2. Сучасні методи обстеження спортсменів і фізкультурників.
Тема 3. Методи визначення та оцінки показників фізичного розвитку спортсменів і фізкультурників.
Тема 4. Дослідження і оцінка функціонального стану серцево-судинної і дихальної системи за допомогою функціональних проб.
Тема 5. Медичне забезпечення тренувань, змагань та спортивно-масових заходів.
Тема 6. Основи особистої і загальної гігієни. Гігієнічні вимоги до занять окремими видами спорту.
Тема 7. Фізіологічні основи втоми й відновлення організму спортсмена та раціональне планування тренувального процесу.
Тема 8. Фізичні та фармакологічні засоби відновлення в спорті.
Тема 9. Фактори, які погіршують працездатність спортсменів.
Тема 10. Поняття «хвороба», «етіологія», «патогенез», «типові патологічні процеси».
Тема 11. Найпоширеніші патологічні стани в спортсменів.
Тема 12. Травми й захворювання в спорті, причини та профілактика.

ЛАБОРАТОРНІ ЗАНЯТТЯ

Тема 1. Цілі та завдання спортивної медицини.
Тема 2. Лікарське обстеження осіб, що займаються фізичною культурою і спортом.
Тема 3. Методи дослідження фізичного розвитку.
Тема 4. Загальна оцінка фізичного розвитку.
Тема 5. Поняття і задачі функціональної діагностики.
Тема 6. Види функціональних проб. Загальні вимоги та методика проведення функціональних проб.
Тема 7. Медичне забезпечення тренувань та змагань.
Тема 8. Гігієнічні вимоги до занять окремими видами спорту. Загартування організму.
Тема 9. Фізіологія спортивної діяльності, основи енергозабезпечення м'язової діяльності.
Тема 10. Фізіологічна та біохімічна характеристика процесів втоми та відновлення організму спортсмена.
Тема 11. Фізкультурно-спортивна реабілітація та методи відновлення в спорті.
Тема 12. Фармакологічні препарати в спорті. Допінг-контроль у спорті.
Тема 13. Фактори, які погіршують функціональний стан і знижують працездатність спортсмена.
Тема 14. Поняття «здоров'я» і «хвороба». Типові патологічні процеси.
Тема 15. Перевтома і перетренованість.
Тема 16. Перенапруження провідних фізіологічних систем організму.
Тема 17. Патологічні стани, які виникають при акліматизації.
Тема 18. Захворювання серцево-судинної системи у спорті.
Тема 19. Захворювання дихальної системи у спорті, причини, профілактика.
Тема 20. Невідкладна допомога при травмах (переломах, вивихах) у спортсменів.

Тема 21. Невідкладна допомога при кровотечах у спортсменів.
Тема 22. Десмургія.
Тема 23. Реабілітація інвалідів-спортсменів.
Тема 24. Профілактика травм і захворювань опорно-рухового апарату. Фізкультурно-спортивна реабілітація при травмах і захворюваннях опорно-рухового апарату.

Порядок та критерії оцінювання	<p>Знання, вміння та навички, набуті під час занять, оцінюватимуться на лабораторних заняттях та колоквиуму по всьому матеріалу.</p> <p>Теоретичні знання, отримані під час лекцій оцінюватимуться у практичному вмінні складання програм фізкультурно-спортивної реабілітації.</p> <p>За аудиторні заняття студенти отримують від 0 до 60 балів.</p> <p>Модульний контроль проходитиме у формі тестування:</p> <p style="padding-left: 40px;">20 балів – модуль 1;</p> <p style="padding-left: 40px;">20 балів – модуль 2.</p> <p>Лінк на нормативні документи, що регламентують проведення поточного та підсумкового контролів знань студентів, можливість подання апеляції: https://nuwm.edu.ua/struktturni-pidrozdili/navch-nauk-tsentr-nezaleznoho-otsiniuvannia-znan</p>
Поєднання навчання та досліджень	Діючий студентський науковий гурток "Діагностика стану здоров'я пацієнтів та складання програм фізичної терапії".
Інформаційні ресурси	<p>https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2451</p> <p>http://ep3.nuwm.edu.ua/</p> <p>Базова література:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Григус І.М. Фізична реабілітація в пульмонології: навч. посібник. Рівне: НУВГП, 2018. 258 с. 2. Відновлювальні засоби працездатності у фізичній культурі і спорті: підручник / І.О. Ячнюк, О.О. Воробйов, Л.В. Романів, Ю.Б. Ячнюк та ін. - Чернівці: Книги - ХХІ, 2009. - 432 с. 3. Григус І.М. Реабілітаційне обстеження та визначення стану здоров'я. Рівне, 2013. 72 с. 4. Григус І.М., Нагорна О.Б., Горчак В.В. Реабілітаційне обстеження в практиці фізичного терапевта: навч. посіб. Рівне, 2017. 128 с. 5. Григус І.М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи: навчальний посібник. Львів: «Новий Світ-2000», 2022. 170 с. 6. Осіпов В.М. Основи медичних знань: навч. посіб. - Бердянськ: Видавець Ткачук О.В., 2013. - 212 с. 6. Григус І.М., Брега Л.Б. Фізична терапія в кардіології: навчальний посібник. Рівне : НУВГП, 2018. 268 с 7. Григус І.М., Нагорна О.Б. Основи фізичної терапії: навчальний посібник. Херсон: Олді+, 2022. 150 с. <p>Допоміжна література:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. . Маліков М.В., Сватсьєв А.В., Богдановська Н.В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів - Запоріжжя: ЗДУ , 2006. - 227 с.
Правила та вимоги (політика)	
Дедлайни та	Перездача відбувається шляхом відпрацювання лабораторних

перескладання	<p>занять з іншою підгрупою студентів. Можливе отримання додаткових балів за волонтерську роботу у реабілітаційному центрі інституту.</p> <p>Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно «Порядку ліквідації академічних заборгованостей у НУВГП», http://ep3.nuwm.edu.ua/4273/. Згідно цього документу і реалізується право студента на повторне вивчення дисципліни чи повторне навчання на курсі.</p> <p>Перездача модульних контролів здійснюється згідно https://nuwm.edu.ua/struktorni-pidrozdili/navch-nauk-tsentr-nezaleznoho-otsiniuvannia-znan</p> <p>Оголошення стосовно дедлайнів здачі та перездачі оприлюднюються на сторінці MOODLE https://exam.nuwm.edu.ua/</p>
Неформальна та інформальна освіта	<p>Студенти мають право на перезарахування результатів навчання, набутих у неформальній та інформальній освіті, згідно відповідного положення http://nuwm.edu.ua/sp/neformalna-osvita.</p> <p>Студенти можуть самостійно на платформах Prometheus, Coursera, edEx, edEg, FutureLearn та інших опанувати матеріал для перезарахування результатів навчання. При цьому важливо, щоби знання та навички, що формуються під час проходження певного онлайн-курсу чи його частин, мали зв'язок з очікуваними навчальними результатами даної дисципліни/освітньої програми та перевірялись в підсумковому оцінюванні.</p> <p>Результати навчання, здобуті шляхом неформальної та інформальної освіти, визначаються у порядку відповідно до «Положення про неформальну та інформальну освіту в Національному університеті водного господарства та природокористування» (http://ep3.nuwm.edu.ua/18660/)</p>
Практики, представники бізнесу, фахівці, залучені до викладання	<p>До викладання курсу долучений доктор медичних наук, професор, директор Навчально-наукового інституту охорони здоров'я - Григус Ігор Михайлович. Має практичний досвід розробки та впровадження програм фізичної терапії, довготривалі закордонні стажування.</p>
Правила академічної доброчесності	<p>Всі студенти, співробітники та викладачі НУВГП мають бути чесними у своїх стосунках, що пов'язані з навчальною роботою. Студенти мають самостійно виконувати та подавати на оцінювання лише результати власних зусиль та оригінальної праці.</p> <p>Здобувачі не допускаються до списування та обману – за порушення принципів академічної доброчесності викладач може накладати санкції: зниження балів, повернення роботи на доопрацювання, не допущення до захисту та ін.</p> <p>В цілому студенти та викладачі мають дотримуватись «Положення про виявлення та запобігання академічного плагіату в НУВГП» (http://ep3.nuwm.edu.ua/10325/)</p>
Вимоги до відвідування	<p>Студент зобов'язаний брати участь у всіх заняттях.</p> <p>Лекції та лабораторні заняття відбуваються в офлайн або онлайн режимі, згідно розкладу.</p> <p>Відпрацювати пропущенні заняття можна при проведенні занять з іншою групою за тією ж темою або під час консультації з предмету.</p> <p>Заняття онлайн можуть проводитись за допомогою Google Meet</p>

	<p>за кодом.</p> <p>Студент має право оформити індивідуальний графік навчання згідно відповідного положення http://ep3.nuwm.edu.ua/6226/</p> <p>Здобувачі можуть на заняттях використовувати мобільні телефони та ноутбуки за дозволом викладача.</p>
Оновлення	<p>Зміст даної навчальної дисципліни оновлюється на основі наукових досягнень і сучасних практик в даній галузі та змін у освітній програмі щодо програмних результатів навчання.</p> <p>За ініціативою викладача та/чи здобувача вищої освіти зміст даного курсу оновлюється щорічно, враховуючи зміни у законодавстві України, наукові досягнення спортивної медицини.</p>
Академічна мобільність. Інтернаціоналізація	<p>У НУВГП розроблені процедури для реалізації права здобувачам на академічну мобільність:</p> <p>-Положення про академічну мобільність учасників освітнього процесу Національного університету водного господарства та природокористування http://ep3.nuwm.edu.ua/4398</p> <p>Електронні бібліотеки: http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/korisni-posilannya/elektronni-biblioteki</p> <p>Як знайти статтю у Scopus: http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/506-v-dopomohu-avtoram</p> <p>База періодичних видань: https://www.scimagoir.com/</p> <p>Електронний каталог: http://nuwm.edu.ua/MySql/</p> <p>Можливості доступу до електронних ресурсів та сервісів: http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/516-mozhlyvosti-dostupu-do-resursiv-i-servisiv</p>

Лектор

Григус І.М., д.мед.н., професор

Автор
Старший викладач

Олег КИРИК



документ підписаний КЕП
Номер документа СИЛ №73 від 2023-02-13 19:43:53.687
Підписувач Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП): [oSignECP.sSigner_Sert]
Сертифікат 58E2D9E7F900307B04000000807E2D0054327D00
Дійсний з 2019-12-24 12:00:00.000 до 2021-12-24 12:00:00.000