

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

08-03-46S

СИЛАБУС

навчальної дисципліни

«Спортивна медицина»

SYLLABUS

«Sports medicine»

Шифр за ОП	ФП 14	Code in Degree Programme
Освітній рівень: Бакалаврський (перший)		Level of education: Bachelor (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: Фізкультурно-спортивна реабілітація		Degree Programme: Physical education and sports rehabilitation

РІВНЕ – 2024

Силабус освітнього компонента **«Спортивна медицина»** для здобувачів вищої освіти ступеня «бакалавр», які навчаються за освітньо-професійною програмою **«Фізкультурно-спортивна реабілітація»**, спеціальності 017 **«Фізична культура і спорт»**. Рівне. НУВГП. 2024. 8 с.

ОПП на сайті університету: <https://ep3.nuwm.edu.ua/30764/>

Розробники силябусу: Григус Ігор Михайлович, доктор медичних наук, професор, директор Навчально-наукового інституту охорони здоров'я; Симонович Ольга Олександрівна, старший викладач кафедри медико-біологічних дисциплін.

Силабус схвалений на засіданні кафедри медико-біологічних дисциплін.
Протокол № 1 від "28" серпня 2024 року

Завідувач кафедри: е-підпис Гуцман Сергій Володимирович – кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін.

Гарант освітньої програми: е-підпис Ногас Анжела Олександрівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін.

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ
Протокол № 1 від "29" серпня 2024 року

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

©Григус І.М., 2024

©Симонович О.О., 2024

©НУВГП, 2024

ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА	
Спортивна медицина	
ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ	
Ступінь вищої освіти	<i>Бакалавр</i>
Освітня програма	<i>Фізкультурно-спортивна реабілітація</i>
Спеціальність	<i>017 «Фізична культура і спорт»</i>
Рік навчання, семестр	<i>3-й (5 семестр)</i>
Кількість кредитів	<i>4 кредити ЄКТС</i>
Лекції:	<i>20 год денна/4 год заочна</i>
Практичні заняття:	<i>28 год денна/8 год заочна</i>
Самостійна робота:	<i>72 год денна/108 год заочна</i>
Курсова робота:	<i>ні</i>
Форма навчання	<i>денна/заочна</i>
Форма підсумкового контролю	<i>екзамен</i>

Мова викладання	Українська
ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА	
ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА	
 <p>Лектор</p>	<p><i>Григус Ігор Михайлович, доктор медичних наук, професор, директор Навчально-наукового інституту охорони здоров'я.</i></p>
Вікіситет	http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Григус_Ігор_Михайлович
ORCID	https://orcid.org/0000-0003-2856-8514
Як комунікувати	i.m.grygus@nuwm.edu.ua
 <p>Викладач</p>	<p><i>Симонович Ольга Олександрівна, старший викладач кафедри медико-біологічних дисциплін.</i></p>
Вікіситет	
ORCID	
Канали комунікації	o.o.symonovych@nuwm.edu.ua
ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ	
Мета та завдання	

Метою вивчення навчальної дисципліни «Спортивна медицина» є:

- формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема здатності до аналізу будови, нормального та індивідуального розвитку людського організму;
- формування систематизованих знань в галузі спортивної медицини, формування у студентів 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.

Завданнями вивчення навчальної дисципліни «Спортивна медицина» є:

- вміти застосовувати ефективні засоби фізичної культури й інші фізичні чинники, які використовуються для раннього повернення хворих до побутових і трудових процесів, для попередження або ліквідації ускладнень патологічного процесу;
- надавати долікарську допомогу при нещасних випадках під час занять з фізкультурно-спортивної реабілітації, фізичною культурою та спортом;
- вміти проводити функціональні проби та аналізувати їхні результати; аналізувати і прогнозувати вплив фізичних навантажень на організм осіб, які займаються фізичними вправами за даними лікарського контролю;
- вміти призначати відповідні фізкультурно-реабілітаційні заходи у відновлювальних періодах.
- 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 фізкультурно-спортивною реабілітацією;
- вміння сприяти правильному проведенню занять з фізкультурно-спортивної реабілітації з особами різного віку і статі, різних професій і з різним станом здоров'я.

Посилання на розміщення освітньої компоненти на навчальній платформі Moodle

<https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=6725>

Компетентності

ЗК 11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ФК7. Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.

ФК9. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.

Програмні результати навчання

ПРН 8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.

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

ПРН16. Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.

Структура та зміст освітнього компонента

ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ (20 год.)

Тема 1. Історія розвитку спортивної медицини в світі та в Україні. Біомедичні технології, як новітній розділ сучасної медицини (2 год).

Тема 2. Спортивна медицина, як підрозділ загальної медицини. Особливості анатомії та до фізіології людини, що професійно займається спортом (2 год).

Тема 3. Вступ до дисципліни «Спортивна медицина». Поняття про лікарський контроль. Поняття «хвороба», «етіологія», «патогенез», «типові патологічні процеси» (2 год).
Тема 4. Методи визначення та оцінки показників фізичного розвитку спортсменів і фізкультурників. Сучасні методи обстеження спортсменів і фізкультурників (2 год).
Тема 5. Дослідження і оцінка функціонального стану серцево-судинної і дихальної системи за допомогою функціональних проб (2 год).
Тема 6. Методи самоконтролю за станом здоров'я спортсмена. Самопоміч при станах після надмірного навантаження, стресах т.інш. (2 год).
Тема 7. Основи особистої і загальної гігієни. Гігієнічні вимоги до занять окремими видами спорту. Фактори, які погіршують працездатність спортсменів. (2)
Тема 8. Фізіологічні основи втоми й відновлення організму спортсмена та раціональне планування тренувального процесу. Фізичні та фармакологічні засоби відновлення в спорті. Біологічні добавки для спортсменів. Користь та шкода. (2)
Тема 9. Найпоширеніші патологічні стани в спортсменів. Травми й захворювання в спорті, причини та профілактика. Медичне забезпечення тренувань, змагань та спортивно-масових заходів.(2)
Тема 10. Скринінг обстеження стану здоров'я спортсмена шляхом ВР тестування.. Погляд на заняття спортом, як тимчасове заняття. Спортивні травми та кар'єра у спорті. Пошук альтернативи після завершення спортивної кар'єри. (2)
ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ (28 год.)
Тема 1. Анатомія та фізіологія здорової людини. Цілі та завдання спортивної медицини. (2 год.)
Тема 2. Лікарське обстеження осіб, що займаються фізичною культурою і спортом. Методи дослідження фізичного розвитку. Загальна оцінка фізичного розвитку. (2)
Тема 3. Особливості гігієни спортсменів. Гігієнічні вимоги до занять окремими видами спорту. Загартування організму. Спортметика. (2)
Тема 4. Фізіологія спортивної діяльності, основи енергозабезпечення м'язової діяльності. Фізіологічна та біохімічна характеристика процесів втоми та відновлення організму спортсмена. (2)
Тема 5. Фактори, які погіршують функціональний стан і знижують працездатність спортсмена. Поняття «здоров'я» і «хвороба». Типові патологічні процеси. Патологічні стани, які виникають при акліматизації. (2)
Тема 6. Перевтома і перетренованість. Перенапруження провідних фізіологічних систем організму. Фармакологічні препарати в спорті. Допінг-контроль у спорті. (2)
Тема 7. Поняття і задачі функціональної діагностики. Види функціональних проб. Загальні вимоги та методика проведення функціональних проб. (2)
Тема 8. Захворювання серцево-судинної системи у спорті. (2)
Тема 9. Захворювання дихальної системи у спорті, причини, профілактика. (2)
Тема 10. Невідкладна допомога при травмах (переломах, вивихах) у спортсменів. (2)
Тема 11. Невідкладна допомога при кровотечах у спортсменів. Десмургія.(2)
Тема 12. Профілактика травм і захворювань опорно-рухового апарату. Фізкультурно-спортивна реабілітація при травмах і захворюваннях опорно-рухового апарату.(2)
Тема 13. Медичне забезпечення тренувань та змагань.
Тема 14. Фізкультурно-спортивна реабілітація та методи відновлення в спорті. Реабілітація інвалідів-спортсменів. Фізична культура чи спорт? Переваги та недоліки. Гігієна харчування. (2)
Методи та технології навчання
Методи: демонстрація, творчий метод, проблемно-пошуковий метод, навчальна дискусія/ дебати, мозковий штурм, аналіз ситуації.
Технології: Імітаційні (рольові та ділові ігри).
Неімітаційні (розгляд проблемних питань, демонстрація відео).
Робота в малих групах (команді).
Проектна технологія.
Аналіз конкретних ситуацій (case study).
Форми проведення занять

Форми проведення занять: проблемні та оглядові лекції, міні-лекції, аналіз конкретних ситуацій, презентації, дискусії, ситуаційні дослідження, лабораторні заняття, ділові ігри, тренінги, заняття із застосуванням комп'ютерної та телекомунікаційної техніки тощо.

Інструменти, обладнання, програмне забезпечення

Лабораторне обладнання, тренажери, реабілітаційне обладнання, масажні столи, реабілітаційний та спортивний інвентар, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди.

Порядок оцінювання програмних результатів навчання

Знання, вміння та навички, набуті під час занять, оцінюватимуться на лабораторних заняттях та колоквиуму по всьому матеріалу.

Для досягнення цілей та завдань курсу студентам потрібно вчасно виконати завдання, пов'язані з пошуком інформації стосовно вибраної професійної діяльності, вчасно здати модульні контролю знань.

Теоретичні знання, отримані під час лекцій, оцінюватимуться у практичному вмінні.

За аудиторні заняття студенти отримують від 0 до 60 балів.

Викладач проводить оцінювання індивідуальних завдань студентів шляхом виставлення балів за визначеними критеріями, що вчасно доводяться здобувачам освіти. Також студент під наглядом викладача самостійно оцінює свою роботу.

За вчасне та якісне виконання завдання студент отримує бали: 10 балів за вчасне (згідно з визначеним графіком) виконання завдання; 20 балів за якісне оформлення завдання; 15 балів за представлення завдання; 15 балів за відповіді на усні чи письмові запитання.

Модульний контроль проходить у формі тестування:

20 балів – модуль 1;

20 балів – модуль 2.

У тесті 20 запитань різної складності: рівень 1 – 10 запитань по 0,8 бала (8 балів), рівень 2 – 6 запитань по 1 бала (6 балів), рівень 3 – 4 запитання по 1,5 бали (6 балів). Усього – 20 балів.

Лінк на нормативні документи, що регламентують проведення поточного та підсумкового контролів знань студентів, можливість подання апеляції:

<https://ep3.nuwm.edu.ua/21123/>

Рекомендована література (основна, допоміжна)

Базова література:

1. Григус І.М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи: навчальний посібник. Львів: «Новий Світ-2000», 2022. 170.

2. Григус І.М., Нагорна О.Б. Основи фізичної терапії: навчальний посібник. Херсон: Олді+, 2022. 150.

3. Сокрута В.М. Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина: підручник. Краматорськ, Каштан, 2019. 420.

Григус І.М. Фізична реабілітація в пульмонології: навч. посібник. Рівне: НУВГП, 2018. 258.

4. Григус І.М., Нагорна О.Б. Реабілітаційне обстеження в практиці фізичного терапевта: навч. посіб. Одеса: Олді+, 2023. 176 с.

5. Шаповалова М.А. та інш. Спортивна медицина і фізична реабілітація. Навчальний посібник. Київ, «Медицина», 2008. 246.

6. Григус І.М., Брега Л.Б. Фізична терапія в кардіології: навчальний посібник. Рівне : НУВГП, 2018. 268.

Допоміжна література:

1. Маліков М.В., Святий А.В., Богдановська Н.В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів - Запоріжжя: ЗДУ, 2006. 227.

2. Науковий журнал Національного університету фізичного виховання і спорту України «Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія».

Інформаційні ресурси в Інтернет

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>

<https://mms.gov.ua/invasport/reabilitacijno-sportivni-zahodi>

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1188-2021-%D0%BF#Text>

Поєднання навчання та досліджень

Студенти мають можливість додатково отримати бали за виконання індивідуальних завдань дослідницького характеру, а також можуть бути долучені до написання та опублікування наукових статей з тематики курсу.

ПОЛІТИКИ ВИКЛАДАННЯ ТА НАВЧАННЯ
Перелік соціальних, «м'яких» навичок (soft skills)
Здатність до навчання, здатність логічно обґрунтовувати позицію, знаходити вихід зі складних ситуацій, взаємодія з людьми, вміння відчувати настрій співрозмовника, вміння працювати в команді, комунікаційні якості, навички ведення перемовин, навички усного спілкування, працелюбність, саморозвиток, творчі здібності.
Дедлайни та перескладання
Перездача відбувається шляхом відпрацювання лабораторних занять з іншою підгрупою студентів. Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно з «Порядком ліквідації академічних заборгованостей у НУВГП», https://ep3.nuwm.edu.ua/30369/1/ . Згідно з цим документом і реалізується право студента на повторне вивчення дисципліни чи повторне навчання на курсі. Перездача модульних контролів здійснюється згідно графіку. Оголошення стосовно дедлайнів здачі та перездачі оприлюднюються на сторінці MOODLE https://exam.nuwm.edu.ua/
Неформальна та інформальна освіта
Студенти мають право на перезарахування результатів навчання, набутих у неформальній та інформальній освіті згідно з відповідним Положенням про неформальну освіту. http://ep3.nuwm.edu.ua/18660/ . Студенти можуть самостійно на платформах Prometheus, Coursera, edEx, edEra, FutureLearn та інших опанувати матеріал для перезарахування результатів навчання. При цьому важливо, щоб знання та навички, що формуються під час проходження певного онлайн-курсу чи його частин, мали зв'язок з очікуваними навчальними результатами даного освітнього компонента, його програми та перевірялись в підсумковому оцінюванні.
Правила академічної доброчесності
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. 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 роботи та ін. В цілому студенти та викладачі мають дотримуватися «Положення про виявлення та запобігання академічного плагіату в НУВГП» https://nuwm.edu.ua/files
Вимоги до відвідування
Студент зобов'язаний брати участь у всіх заняттях. Лекції та лабораторні заняття відбуваються в офлайн або онлайн режимі, згідно з розкладом. Відпрацювати пропущені заняття можна при проведенні занять з іншою групою за тією ж темою або під час консультацій з предмету. Заняття онлайн можуть проводитися за допомогою Google Meet за кодом. Студент має право оформити індивідуальний графік навчання згідно з відповідним положенням http://ep3.nuwm.edu.ua/6226/ Здобувачі можуть на заняттях використовувати мобільні телефони та ноутбуки за дозволом викладача.

Лектор Григус І.М., д.мед.н., професор

Автор
Доцент КМБД

Анжела НОГАС

Затверджено

Проректор з науково-педагогічної та
навчальної роботи

Валерій СОРОКА



документ підписаний КЕП
Номер документа СИЛ №1169
Підписувач Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП):
Сертифікат 3FAA9288358EC003040000009B6C3700C8C2C100