

36

КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
БУДІВНИЦТВА І АРХІТЕКТУРИ

БАКАЛАВР

Кафедра фізичного виховання і спорту

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Декан факультету ГІСУТ

*[Signature]*  
« 22 » / 2023 року  
О.В.Нестеренко/



**НАВЧАЛЬНА РОБОЧА ПРОГРАМА ДИСЦИПЛІНИ**

"СПОРТИВНА МЕДИЦИНА З ОСНОВАМИ ДОЛІКАРСЬКОЇ ДОПОМОГИ  
У НЕВІДКЛАДНИХ СТАНАХ"

(назва навчальної дисципліни)

шифр	назва спеціальності
017	Фізична культура і спорт

Розробник(и):

Баканичева Т.В., ст.викладач кафедри фізичного  
виховання і спорту

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

*[Signature]*  
(підпис)

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

(підпис)

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

(підпис)

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

(підпис)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичного виховання і спорту, протокол № 11 від «31» травня 2023 року

Завідувач кафедри  
(підпис)

*[Signature]* /Олександр ШАМИЧ/

Схвалено гарантом освітньої програми «Фізичне виховання і спорт»

Гарант ОП  
(підпис)

*[Signature]* /Ольга ОЗЕРОВА/

Розглянуто на засіданні науково-методичної комісії спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» протокол № 4 від «29» травня 2023 року

(прізвище та ініціали)

**ВИТЯГ З НАВЧАЛЬНОГО ПЛАНУ 2023-2024 рр.**

шифр	Бакалавр ОПП	Форма навчання: <b>денна</b>										Форма контролю	Семестр	Відмітка про погодження
	Назва спеціальності (спеціалізації)	Кредитів на сем.	Обсяг годин <sup>^</sup>					Кількість індивідуальних робіт						
			Всього	аудиторних			КП	КР	РГ	р				
				Разом	Л	Пр					Пз			
017	Фізична культура і спорт	6	180	90	50	40	90				1	3, E	7-8	

шифр	Бакалавр ОПП	Форма навчання: <b>заочна</b>										Форма контролю	Семестр	Відмітка про погодження
	Назва спеціальності (спеціалізації)	Кредитів на сем.	Обсяг годин <sup>^</sup>					Кількість індивідуальних робіт						
			Всього	аудиторних			КП	КР	РГ	р				
				Разом	Л	Пр					Пз			
017	Фізична культура і спорт	6	180	40	20	20	140				1	3, E	9-10	

## Мета та завдання навчальної дисципліни

*Мета:* основною метою є формування сучасного мислення, оволодіння теоретичними знаннями та методами соматоскопії та антропометрії, визначення фізичного розвитку та функціонального стану, фізичної працездатності та загальної патології; визначення особливостей травм та захворювань, що пов'язані з заняттями фізкультурою і спортом; формування уявлення про невідкладні стани, їх причини, ознаки, наслідки, оволодіння базовими знаннями долікарської допомоги при невідкладних станах.

*Завдання дисципліни:*

- базуючись на основні дидактичних принципів розкрити поняття навчальної дисципліни “Спортивна медицина”;
- ознайомити студентів із сучасними науковими підходами до організації та проведення медичного обстеження під час навчально-тренувального процесу спортсменів;
- навчити студентів принципам діагностики невідкладних станів;
- виконувати реанімаційні заходи;
- застосовувати засоби для тимчасової зупинки кровотечі;
- накладати стандартні і нестандартні транспортні шини;
- навчити правилам транспортування потерпілих;
- ознайомити з алгоритмами надання допомоги при найбільш поширених невідкладних станах.

*Міждисциплінарні зв'язки:* «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Фізіологія людини», «Біохімія і біохімічні основи ФВІС», «Гігієна фізичного виховання і спорту», «Фізіологія спорту», «Медико-педагогічний контроль у ФВІС».

### Компетентності здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти

Код	Зміст компетентності
<b>Інтегральна компетентність (ІК)</b>	
Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.	
<b>Загальні компетентності (ЗК)</b>	
ЗК01	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
ЗК12	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
<b>Спеціальні (фахові) компетентності (СК)</b>	

СК07	Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.
СК09	Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.
СК12	Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.
СК14	Здатність до безперервного професійного розвитку.

**Програмні результати здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти**

<b>Код</b>	<b>Програмні результати</b>
ПРН14	Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.
ПРН16	Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.
ПРН21	Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

**Програма навчальної дисципліни  
(ДЕННА ФОРМА)**

**Модуль 1. Змістовий модуль 1. Основи спортивної медицини.**

**Лікарський контроль в спортивній медицині (16 годин).**

Лекція 1. Сучасні уявлення про спортивну медицину. Лікарсько-педагогічний контроль.

Лекція 2. Методи обстеження в спортивній медицині. Визначення та оцінювання фізичного розвитку.

Лекція 3. Дослідження та оцінка функціонального стану систем організму в спортивній медицині.

Лекція 4. Визначення та оцінка загальної фізичної працездатності. Визначення толерантності організму до фізичних навантажень.

Лекція 5. Зміни в організмі при виконанні фізичних навантажень. Фізіологічні зміни. Патогенетичні синдроми у спортивній медицині.

Лекція 6. Загальна характеристика захворюваності спортсменів. Захворювання і пошкодження органів серцево-судинної системи та системи дихання при заняттях спортом.

Лекція 7. Передпатологічні та патологічні стани при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом. Гостре і хронічне фізичне перенапруження. Причини виникнення перенапруження і перетренованості.

Лекція 8. Невідкладні стани в практиці спортивної медицини. Перша допомога

і запобігання гострим станам у спорті.

**Практичні заняття (семінари):**

**Заняття 1.** Загальна оцінка фізичного розвитку.

**Заняття 2.** Загальна оцінка функціонального стану основних систем організму. Функціональні проби.

**Заняття 3.** Лікарсько – педагогічний контроль: оцінка умов, організації та методики проведення тренувальних занять; визначення впливу тренувальних занять на організм. Побудова фізіологічної кривої навантаження та рухова щільність заняття.

**Заняття 4.** Визначення спеціальної працездатності і тренуваності. Типи реакцій серцево-судинної системи.

**Заняття 5.** Основи загальної паталогії.

**Модуль 1. Змістовий модуль 2. Спортивний травматизм. Основи реабілітації (14 годин).**

Лекція 9. Медико-біологічні основи спортивної підготовки жінок.

Лекція 10. Медико-біологічні основи спортивної підготовки юних спортсменів.

Лекція 11. Лікарсько-педагогічний контроль за юними спортсменами. .

Лекція 12. Характеристика спортивного травматизму. Травми кістково-м'язової системи. Засоби профілактики спортивних травм. Перша допомога при різних видах травм.

Лекція 13. Травми головного і спинного мозку. Перша допомога при різних видах травм.

Лекція 14. Основи реабілітації спортсменів після захворювань і травм. Засоби відновлення спортивної працездатності. Фармакологічні та фізіотерапевтичні засоби відновлення в спорті.

Лекція 15. Спортивна фармакологія. Допінг. Допінговий контроль у сучасному спорті.

**Практичні заняття (семінари):**

**Заняття 6.** Спортивна паталогія. Передпатологічні стани, які виникають при нераціональних заняттях фізичними вправами.

**Заняття 7.** Хронічні ураження та перенапруження опорно-рухового апарату. Специфіка спортивних травм різних видів спорту. Кінезіотейпування. Десмургія

**Заняття 8.** Причини виникнення та невідкладна допомога при печінково-больовому синдромі, при гравітаційному шоці під час занять фізичною культурою та спортом, при гіпоглікемічному стані. Причини виникнення, патофізіологічні механізми та способи запобігання раптової смерті під час занять фізичною культурою та спортом.

**Заняття 9.** Лікувально-педагогічне спостереження у дитячому спорті. Медичні групи.

**Заняття 10.** Засоби відновлення спортивної працездатності. Фармакологічні

препарати в спорті. Використання рослинних препаратів в спорті. Застосування допінгу в спорті.

## **Модуль 2. Змістовний модуль 1. Алгоритми надання медичної допомоги в умовах ведення бойових дій. Серцево-легенева реанімація.**

Лекція 1. Перша медична допомога при кровотечах. Загальне поняття про тактичну медицину.

Лекція 2. Перша медична допомога при пораненнях. Вогнепальні ушкодження.

Лекція 3. Поранення грудної клітини, черевної порожнини, тазу. Перша медична допомога.

Лекція 4. Перша медична допомога при травмах кінцівок. Десмургія. Поняття про забиття, розтягнення і розриви зв'язок. Вивихи та їх симптоми. Синдром тривалого здавлювання. Переломи кісток: види, ознаки, надання першої допомоги. Десмургія: види пов'язок і способи їх накладання. Транспортна іммобілізація.

Лекція 5. Термінальні стани. Реанімаційні заходи. Загальне поняття про колапс, шок. Серцево-легенева реанімація. Перша медична допомога.

### **Практичні заняття (семінари):**

**Заняття 1.** Перша медична допомога при кровотечах. Надання медичної допомоги згідно протоколу ТССС. Оцінка стану постраждалого згідно протоколу MARSH. Види кровотечі. Зупинка кровотечі.

**Заняття 2.** Перша медична допомога при пораненнях. Рани та їх характеристика. Вогнепальні ушкодження. Ранова інфекція та її види. Класифікація ран. Види загоєння ран.

**Заняття 3.** Поранення грудної клітини, черевної порожнини, тазу. Перша медична допомога.

**Заняття 4.** Перша медична допомога при травмах кінцівок. Поняття про забиття, розтягнення і розриви зв'язок. Вивихи та їх симптоми. Синдром тривалого здавлювання. Переломи кісток: види, ознаки, надання першої допомоги. Десмургія: види пов'язок і способи їх накладання. Транспортна іммобілізація.

**Заняття 5.** Колапс. Шок. Серцево-легенева реанімація. Алгоритм проведення штучного дихання. Алгоритм проведення непрямого масажу серця.

## **Модуль 2. Змістовний модуль 2. Долікарська допомога при обструкції дихальних шляхів, анафілактичному шоці, отруєнні. Профілактика інфекційних хвороб.**

Лекція 6. Перша медична допомога при обструкції дихальних шляхів.

Лекція 7. Перша медична допомога при невідкладних станах серцево-судинної системи.

Лекція 8. Перша долікарська допомога при отруєннях, укусах. Ураження людини (радіаційними/ біологічними/ хімічними агентами та речовинами)

Лекція 9. Перша долікарська допомога при алергічних реакціях. Анафілактичний шок.

Лекція 10. Основи інфекційних хвороб. Регідратація. Профілактика.

### **Практичні заняття (семінари):**

**Заняття 6.** Основні захворювання дихальної системи: невідкладні стани та перша медична допомога при обструкції дихальних шляхів. Анатомія і фізіологія дихальної системи. Основні симптоми захворювань органів дихальної системи. Гострі захворювання органів дихальної системи, етіологія, патогенез. Дихальна недостатність.

**Заняття 7.** Основні захворювання серцево-судинної системи: невідкладні стани та перша медична допомога. Анатомія і фізіологія серцево-судинної системи (ССС), її вікові особливості. Критерії оцінювання функціонального стану ССС – пульсу та артеріального тиску. Основні ознаки захворювань ССС. Перша медична допомога при болю в ділянці серця. Профілактика захворювань ССС у дітей та підлітків.

**Заняття 8.** Перша долікарська допомога при отруєннях (угарний газ, наркотичні речовини, алкоголь). Перша долікарська допомога при укусах. Ураження людини (радіаційними/ біологічними/ хімічними агентами та речовинами).

**Заняття 9.** Перша долікарська допомога при алергічних реакціях. Чинники, симптоми. Анафілактичний шок.

**Заняття 10.** Надання невідкладної допомоги при гострій кровотечі, зупинці серцевої діяльності, обструкції дихальних шляхів, колапсі, дегідратації, анафілактичному шоці.

## **Програма навчальної дисципліни (ЗАОЧНА ФОРМА)**

### **Модуль 1. Змістовий модуль 1. Основи спортивної медицини.**

Лекція 1. Сучасні уявлення про спортивну медицину. Лікарсько-педагогічний контроль. Дослідження та оцінка фізичного розвитку людини. Дослідження та оцінка функціонального стану організму за допомогою функціональних проб

Лекція 2. Визначення та оцінка загальної фізичної працездатності та аеробної продуктивності. Толерантність до фізичних навантажень.

Лекція 3. Передпатологічні та патологічні стани і захворювання при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом.

### **Практичні заняття (семінари):**

**Заняття 1.** Методи дослідження та оцінка фізичного розвитку, функціональних здібностей організму та стану здоров'я людини.

**Заняття 2.** Лікарсько – педагогічний контроль: оцінка умов, організації та методики проведення тренувальних занять; визначення впливу тренувальних занять на організм. Побудова фізіологічної кривої навантаження та рухова щільність заняття.

**Заняття 3.** Визначення спеціальної працездатності і тренуваності. Типи реакцій серцево-судинної системи. Основи загальної паталогії.

## **Модуль 1. Змістовий модуль 2. Спортивний травматизм. Основи реабілітації.**

Лекція 4. Медико-біологічні основи спортивної підготовки юних спортсменів. Лікарсько-педагогічний контроль за юними спортсменами.

Лекція 5. Основи реабілітації спортсменів після захворювань і травм. Засоби відновлення спортивної працездатності. Фармакологічні та фізіотерапевтичні засоби відновлення в спорті. Допінговий контроль у сучасному спорті.

### **Практичні заняття (семінари):**

**Заняття 4.** Спортивна паталогія. Передпатологічні стани, які виникають при нераціональних заняттях фізичними вправами. Хронічні ураження та перенапруження опорно-рухового апарату. Специфіка спортивних травм різних видів спорту. Кінезіотейпування. Десмургія.

**Заняття 5.** Причини виникнення та невідкладна допомога при печінково-больовому синдромі, при гравітаційному шоці під час занять фізичною культурою та спортом, при гіпоглікемічному стані. Причини виникнення, патофізіологічні механізми та способи запобігання раптової смерті під час занять фізичною культурою та спортом.

## **Модуль 2. Змістовий модуль 1. Алгоритми надання медичної допомоги в умовах ведення бойових дій. Серцево-легенева реанімація.**

Лекція 1. Перша медична допомога при кровотечах. Загальне поняття про тактичну медицину.

Лекція 2. Перша медична допомога при пораненнях. Вогнепальні ушкодження.

Лекція 3. Термінальні стани. Реанімаційні заходи. Загальне поняття про колапс, шок. Серцево-легенева реанімація. Перша медична допомога.

### **Практичні заняття:**

**Заняття 1.** Перша медична допомога при кровотечах. Надання медичної допомоги згідно протоколу ТССС. Оцінка стану постраждалого згідно протоколу MARSH. Види кровотечі. Зупинка кровотечі.

**Заняття 2.** Перша медична допомога при пораненнях. Рани та їх характеристика. Вогнепальні ушкодження. Ранова інфекція та її види. Класифікація ран. Види загоєння ран

**Заняття 3.** Перша медична допомога при травмах кінцівок. Поняття про забиття, розтягнення і розриви зв'язок. Вивихи та їх симптоми. Синдром тривалого здавлювання. Переломи кісток: види, ознаки, надання першої допомоги. Десмургія: види пов'язок і способи їх накладання. Транспортна іммобілізація.

## **Модуль 2. Змістовий модуль 2. Долікарська допомога при обструкції дихальних шляхів, анафілактичному шоці, отруєнні.**

Лекція 4. Перша медична допомога при обструкції дихальних шляхів.



Лекція 5. Перша долікарська допомога при отруєннях, укусах. Ураження людини (радіаційними/ біологічними/ хімічними агентами та речовинами). Перша долікарська допомога при алергічних реакціях. Анафілактичний шок.

### **Практичні заняття:**

**Заняття 4.** Колапс. Шок. Серцево-легенева реанімація. Алгоритм проведення штучного дихання. Алгоритм проведення непрямого масажу серця.

**Заняття 5.** Перша долікарська допомога при отруєннях (угарний газ, наркотичні речовини, алкоголь). Перша долікарська допомога при укусах. Ураження людини (радіаційними/ біологічними/ хімічними агентами та речовинами).

### **Індивідуальне завдання**

*Індивідуальне завдання* підлягає захисту студентом на заняттях, які призначаються додатково. Індивідуальне завдання може бути виконане у різних формах.

*По-перше*, студенти можуть зробити його у вигляді **реферату**.

Реферат повинен мати обсяг від 18 до 24 сторінок А4 тексту (кегель Times New Roman, шрифт 14, інтервал 1,5), включати план, структуру основної частини тексту відповідно до плану, висновки і список літератури, складений відповідно до ДСТУ 8302:2015. В рефераті можна також помістити словник базових понять до теми.

*По-друге*, індивідуальне завдання може бути виконане у формі **презентації** у форматі Power Point. В цьому разі обсяг роботи визначається індивідуально – залежно від теми.

Література, що рекомендується для виконання індивідуального завдання, наведена у списку рекомендованої літератури, а в електронному вигляді вона розміщена на Освітньому сайті КНУБА, на сторінці кафедри.

Також як виконання індивідуального завдання за рішенням викладача може бути зарахована участь студента у міжнародній або всеукраїнській науково-практичній конференції з публікацією у матеріалах конференції тез виступу (доповіді) на одну з тем, дотичних до змісту дисципліни, або публікація статті на одну з таких тем в інших наукових виданнях.

Текст індивідуального завдання подається викладачу не пізніше, ніж за 2 тижні до початку залікової сесії. Викладач має право вимагати від студента доопрацювання індивідуального завдання, якщо воно не відповідає встановленим вимогам.

### **Критерії оцінювання індивідуальної роботи**

<b>Оцінка за національною шкалою</b>	<b>Кількість балів</b>	<b>Критерії</b>
<b>відмінно</b>	10	відмінне виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (не старше 2017 року), <b>дотримання норм доброчесності</b> )

	9	відмінне виконання з незначною кількістю помилок виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (більшість з яких не старше 2017 року), <b>дотримання норм доброчесності</b> )
добре	8	виконання вище середнього рівня з кількома помилками (розкриття теми в межах об'єкту та завдань роботи, посилання та цитування сучасних наукових джерел (серед яких є такі, що не старше 2017 року), <b>дотримання норм доброчесності</b> )
	7	виконання з певною кількістю помилок (розкриття теми в межах об'єкту та завдань роботи, наявність посилань та цитувань наукових джерел, <b>дотримання норм доброчесності</b> )
задовільно	6	виконання роботи задовольняє мінімальним критеріям помилок (розкриття теми в основному в межах об'єкту роботи, наявність концептуального апарату роботи, присутність не менше 5 посилань та цитувань наукових джерел, <b>дотримання норм доброчесності</b> )

Критерії оцінювання презентації (відповідність роботи за обсягом, формою, якістю змісту і демонстрації матеріалу).

Методичні матеріали для самостійної роботи студентів повинні передбачати можливість проведення самоконтролю з боку студента. Для самостійної роботи студенту також рекомендують відповідну наукову та фахову монографічну і періодичну літературу, електронні ресурси, у тому числі й освітній сайт Університету.

### Методи контролю та оцінювання знань

**1. Поточний контроль.** Поточний контроль здійснюється на практичних (переважно семінарських) заняттях. Основні форми участі студентів у навчальному процесі, що підлягають поточному контролю:

- виступ на практичних заняттях (відповіді на питання, доповідь);
- доповнення, опонування до виступу, рецензія на виступ;
- участь у дискусіях;
- аналіз першоджерел;
- письмові завдання (тести, розрахункові роботи, індивідуальна робота, презентації) та інші письмові роботи, оформлені відповідно до вимог. Для різних видів практики готуються документи згідно спрямування практики, що передбачені положенням.

Кожна тема курсу, що винесена на лекційні та практичні заняття, відпрацьовується студентами у тій чи іншій формі, наведеній вище.

Обов'язкова присутність на лекційних заняттях, активність впродовж семестру, відвідування/відпрацювання усіх аудиторних занять, виконання інших видів робіт, передбачених навчальним планом з цієї дисципліни.

При оцінюванні рівня знань студентів аналізу підлягають:

1. Характеристики відповіді: цілісність, повнота, логічність, обґрунтованість, правильність;

2. Якість знань (ступінь засвоєння фактичного матеріалу): осмисленість, глибина, гнучкість, дієвість, системність, узагальненість, міцність;

3. Ступінь сформованості уміння поєднувати теорію і практику під час розгляду ситуацій, практичних завдань;

4. Рівень володіння розумовими операціями: вміння аналізувати, синтезувати, порівнювати, абстрагувати, узагальнювати, робити висновки з проблем, що розглядаються;

5. Досвід творчої діяльності: уміння виявляти проблеми, розв'язувати їх, формувати гіпотези;

6. Самостійна робота: робота з навчально-методичною, науковою, допоміжною вітчизняною та зарубіжною літературою з питань, що розглядаються, уміння отримувати інформацію з різноманітних джерел (традиційних; спеціальних періодичних видань, ЗМІ, Internet тощо).

Тестове опитування (усне або письмове) може проводитись за одним або кількома змістовими модулями. В останньому випадку бали, які нараховуються студенту за відповіді на тестові питання, поділяються між змістовими модулями.

Результати поточного контролю заносяться до журналу обліку роботи. Позитивна оцінка поточної успішності студентів за відсутності пропущених та невідпрацьованих практичних занять та позитивні оцінки за індивідуальну роботу є підставою для допуску до підсумкової форми контролю. Бали за аудиторну роботу відпрацьовуються у разі пропусків.

**2. Модульний контроль.** Модульний контроль з дисципліни представлений у вигляді контрольної роботи (КР).

Вимоги до проведення контрольної роботи: письмове завдання. Завдання для контрольної роботи визначає викладач орієнтуючись на обсяг навчального матеріалу передбачений робочою програмою з дисципліни, яка містить лекційний матеріал, теми семінарських занять, а також теми, рекомендовані для самостійного вивчення.

Контрольна робота може бути за наступними видами: відповіді на питання в усній/письмовій формі або виконання студентом індивідуальної роботи, якщо студент з поважних причин, чому надає підтвердження, не зміг виконати контрольну роботу в письмовій формі. В такому випадку викладач і студент обговорюють альтернативні варіанти перевірки якості знань і приходять до єдиного рішення.

**3. Підсумковий контроль.** Підсумковий контроль здійснюється під час проведення залікової сесії з урахуванням підсумків поточного та модульного контролю. Під час підсумкового контролю враховуються результати здачі усіх видів навчальної роботи згідно зі структурою кредитів.

Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Методика оцінювання успішності вивчення дисципліни представлена у таблицях:

**Розподіл балів для дисципліни з формою контролю залік  
(денна і заочна форми навчання)**

Поточне оцінювання				Інд. робота	Модульний контроль (КР)	Сума балів
Модуль 1		Модуль 2				
Зм.м.1	Зм.м.2	Зм.м.1	Зм.м.2			
15	15	15	15	10	30	100

**Шкала оцінювання для залікових/екзаменаційних вимог за національною системою та ECTS**

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		<i>Для екзамену, практики</i>	<i>Для заліку</i>
90-100	A	Відмінно	Зараховано
82-89	B	Добре	
74-81	C		
64-73	D	Задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання	Не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	Не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Роз'яснення щодо оцінювання якості та повноти засвоєння теоретичного та/або практичного матеріалу представлено у наступній таблиці.

**Шкала оцінювання якості знань, умінь, навичок, що засвоєні студентом при проходженні курсу**

Оцінка	Кількість балів
<b>ВІДМІННО.</b> Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)	90-100
<b>ДУЖЕ ДОБРЕ.</b> Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу майже в повному обсязі/ зі значною кількістю несуттєвих помилок (3-4) (вище середнього рівня)	82-89
<b>ДОБРЕ.</b> Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ незначна кількість (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)	74-81
<b>ЗАДОВІЛЬНО.</b> Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ значна кількість (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівня)	60-73
<b>НЕЗАДОВІЛЬНО.</b> Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу є недостатнім і не задовольняє мінімальні вимоги за результатами навчання. З можливістю повторного складання модулю (низький рівень)	0-59

**Орієнтовна тематика/зміст модульної контрольної роботи:**

Тематика модульної контрольної роботи формується згідно тем лекцій та практичних занять відповідно до семестру (модулів 1-2).

**Питання для семестрового контролю (залік): за темами лекцій і практичних занять першого семестру:**

1. Предмет і завдання курсу “Спортивна медицина”.
2. Методи обстеження в спортивній медицині.
3. Лікарсько-педагогічний контроль: оцінка умов, організації та методики проведення тренувальних занять
4. Лікарсько-педагогічний контроль: визначення впливу тренувальних занять на організм
5. Визначення та оцінювання фізичного розвитку.
6. Дослідження та оцінка функціонального стану систем організму в спортивній медицині.
7. Загальна оцінка функціонального стану серцево-судинної системи організму. Функціональні проби.
8. Загальна оцінка функціонального стану дихальної системи організму. Функціональні проби.
9. Визначення та оцінка загальної фізичної працездатності.
10. Визначення спеціальної працездатності і тренуваності. Типи реакцій серцево-судинної системи.
11. Визначення толерантності організму до фізичних навантажень.
12. Фізіологічні зміни в організмі при виконанні фізичних навантажень.
13. Патогенетичні синдроми у спортивній медицині.
14. Загальна характеристика захворюваності спортсменів.
15. Захворювання і пошкодження органів серцево-судинної системи при заняттях спортом.
16. Захворювання і пошкодження органів системи дихання при заняттях спортом.
17. Хронічні ураження та перенапруження опорно-рухового апарату.
18. Специфіка спортивних травм різних видів спорту.
19. Передпатологічні стани при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом.
20. Патологічні стани при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом.
21. Гостре і хронічне фізичне перенапруження. Причини виникнення перенапруження.
22. Перетренованість. Причини виникнення перетренованості.
23. Невідкладні стани в практиці спортивної медицини. Перша допомога і запобігання гострим станам у спорті.
24. Причини виникнення та невідкладна допомога при печінково-больовому синдромі під час занять фізичною культурою та спортом.
25. Причини виникнення та невідкладна допомога при гіпоглікемічному стані під час занять фізичною культурою та спортом.
26. Причини виникнення, патофізіологічні механізми та способи запобігання раптової смерті під час занять фізичною культурою та спортом.
27. Медико-біологічні основи спортивної підготовки жінок.
28. Медико-біологічні основи спортивної підготовки юних спортсменів.
29. Лікарсько-педагогічний контроль за юними спортсменами. Медичні групи.
30. Вплив системних занять спортом на здоров'я дівчат-підлітків.
31. Характеристика спортивного травматизму.
32. Травми кістково-м'язової системи.

33. Засоби профілактики спортивних травм.
34. Перша допомога при різних видах травм.
35. Травми головного мозку. Перша допомога при різних видах травм.
36. Травми спинного мозку. Перша допомога при різних видах травм.
37. Основи реабілітації спортсменів після захворювань і травм.
38. Засоби відновлення спортивної працездатності.
39. Фармакологічні засоби відновлення в спорті.
40. Фізіотерапевтичні засоби відновлення в спорті.
41. Спортивна фармакологія.
42. Допінговий контроль у сучасному спорті.

**Орієнтовний перелік питань для підсумкового контролю (екзамен):**

1. Методи обстеження в спортивній медицині.
2. Лікарсько-педагогічний контроль: оцінка умов, організації та методики проведення тренувальних занять
3. Лікарсько-педагогічний контроль: визначення впливу тренувальних занять на організм
4. Визначення та оцінювання фізичного розвитку.
5. Дослідження та оцінка функціонального стану систем організму в спортивній медицині.
6. Загальна оцінка функціонального стану серцево-судинної системи організму. Функціональні проби.
7. Загальна оцінка функціонального стану дихальної системи організму. Функціональні проби.
8. Визначення та оцінка загальної фізичної працездатності.
9. Визначення спеціальної працездатності і тренуваності. Типи реакцій серцево-судинної системи.
10. Визначення толерантності організму до фізичних навантажень.
11. Фізіологічні зміни в організмі при виконанні фізичних навантажень.
12. Патогенетичні синдроми у спортивній медицині.
13. Загальна характеристика захворюваності спортсменів.
14. Захворювання і пошкодження органів серцево-судинної системи при заняттях спортом.
15. Захворювання і пошкодження органів системи дихання при заняттях спортом.
16. Хронічні ураження та перенапруження опорно-рухового апарату.
17. Специфіка спортивних травм різних видів спорту.
18. Передпатологічні стани при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом.
19. Патологічні стани при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом.
20. Гостре і хронічне фізичне перенапруження. Причини виникнення перенапруження.
21. Перетренованість. Причини виникнення перетренованості.
22. Невідкладні стани в практиці спортивної медицини. Перша допомога і запобігання гострим станам у спорті.
24. Причини виникнення та невідкладна допомога при печінково-больовому синдромі під час занять фізичною культурою та спортом.

25. Причини виникнення та невідкладна допомога при гіпоглікемічному стані під час занять фізичною культурою та спортом.
26. Причини виникнення, патофізіологічні механізми та способи запобігання раптової смерті під час занять фізичною культурою та спортом.
27. Медико-біологічні основи спортивної підготовки жінок.
28. Медико-біологічні основи спортивної підготовки юних спортсменів.
29. Лікарсько-педагогічний контроль за юними спортсменами. Медичні групи.
30. Вплив системних занять спортом на здоров'я дівчат-підлітків.
31. Характеристика спортивного травматизму.
32. Травми кістково-м'язової системи.
33. Засоби профілактики спортивних травм.
34. Перша допомога при різних видах травм.
35. Травми головного мозку. Перша допомога при різних видах травм.
36. Травми спинного мозку. Перша допомога при різних видах травм.
37. Основи реабілітації спортсменів після захворювань і травм.
38. Засоби відновлення спортивної працездатності.
39. Фармакологічні засоби відновлення в спорті.
40. Спортивна фармакологія.
41. Надання медичної допомоги згідно протоколу ТССС. Оцінка стану постраждалого згідно протоколу MARCH.
42. Види кровотечі. Зупинка кровотечі.
43. Перша медична допомога при кровотечах.
44. Рани та їх характеристика. Перша медична допомога при пораненнях.
45. Вогнепальні ушкодження. Ранова інфекція та її види. Класифікація ран. Види загоєння ран. Перша медична допомога при пораненнях.
46. Поранення грудної клітини. Перша медична допомога.
47. Поранення черевної порожнини. Перша медична допомога.
48. Перша медична допомога при травмах кінцівок. Поняття про забиття, розтягнення і розриви зв'язок. Вивихи та їх симптоми.
49. Синдром тривалого здавлювання. Перша допомога.
50. Переломи кісток: види, ознаки, надання першої допомоги. Транспортна іммобілізація.
51. Колапс. Шок. Серцево-легенева реанімація.
52. Серцево-легенева реанімація.
53. Алгоритм проведення штучного дихання.
54. Алгоритм проведення непрямого масажу серця.
55. Основні захворювання дихальної системи: невідкладні стани та перша медична допомога при обструкції дихальних шляхів.
56. Критерії оцінювання функціонального стану ССС – пульсу та артеріального тиску. Основні ознаки захворювань ССС.
57. Перша долікарська допомога при отруєннях угарним газом.
58. Перша медична допомога при отруєннях алкоголем.
59. Долікарська допомога при укусах.
60. Перша долікарська допомога при алергічних реакціях. Чинники, симптоми.
61. Анафілактичний шок. Симптоми.

### **Політика щодо академічної доброчесності**

Тексти індивідуальних завдань (в т.ч. у разі, коли вони виконуються у

формі презентацій або в інших формах) можуть перевірятись на плагіат. Для цілей захисту індивідуального завдання оригінальність тексту має складати не менше 70%. Виключення становлять випадки зарахування публікацій Здобувачів у матеріалах наукових конференціях та інших наукових збірниках, які вже пройшли перевірку на плагіат.

Списування під час тестування та інших опитувань, які проводяться у письмовій формі, заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). У разі виявлення фактів списування з боку здобувача він отримує інше завдання. У разі повторного виявлення призначається додаткове заняття для проходження тестування.

### **Політика щодо відвідування**

Здобувач, який пропустив аудиторне заняття з поважних причин, має продемонструвати викладачу та надати до деканату факультету документ, який засвідчує ці причини.

За об'єктивних причин (хвороба, міжнародне стажування, наукова та науково-практична конференція (круглий стіл) тощо) навчання може відбутись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

### **Умови допуску до підсумкового контролю**

Здобувачу, який має підсумкову оцінку за дисципліну від 35 до 59 балів, призначається додаткова залікова сесія. В цьому разі він повинен виконати додаткові завдання, визначені викладачем.

Здобувач, який не виконав вимог робочої програми по змістових модулях, не допускається до складання підсумкового контролю. В цьому разі він повинен виконати визначене викладачем додаткове завдання по змісту відповідних змістових модулів в період між основною та додатковою сесіями.

Здобувач має право на опротестування результатів контролю (апеляцію). Правила подання та розгляду апеляції визначені внутрішніми документами КНУБА, які розміщені на сайті КНУБА та зміст яких доводиться Здобувачам до початку вивчення дисципліни.

### **Методичне забезпечення дисципліни**

#### **Підручники:**

1. Валецька Р. О. Основи медичних знань : Підручник для студ. ВНЗ, які навчаються за педагогічними спеціальностями / Р. О. Валецька. – Луцьк : Волинська книга, 2007. – 385 с.
2. Спортивна медицина. Підручник для студентів закл. вищої освіти фіз. виховання і спорту / за ред Л.Я.-Г. Шахліної. – К.: Олимпийская литература, 2019. – 424 с.
3. Спортивна медицина: Підручник / Сокрут В.М., Поважна О.С., Глущенко А.Л. та ін.; за ред. В.М. Сокрута – Донецьк: «Каштан», 2013. – 472 с.
4. Фізична реабілітація, спортивна медицина: Підручник для студ.



вищих мед. навч. закладів / В.В. Абрамов, В.В. Клапчук, О.Б. Неханевич та ін.; за ред. В.В. Абрамова та О.Л. Смирнової – Дніпропетровськ,: Журфонд, 2014. – 456 с.

### **Навчальні посібники:**

1. Врачебный контроль в физическом воспитании и спорте: методические рекомендации для студентов IV курса медицинского факультета / Сост.: В.С. Соколовский, Н.А. Романова, В.С. Владова, И.И. Бондарев. – Одесса: Одесс. гос. мед. ун-т, 2001. – 93с.
2. Миллер Л. Спортивная медицина. Учебное пособие. – Киев: Человек, 2015. – 184 с.
3. Спортивна медицина і фізична реабілітація / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова та ін.- К.: Медицина, 2008.- 248 с
4. Теоретичні і практичні аспекти спортивної медицини: Навчально-методичний посібник / Качан В.В., Сарафинюк Л.А., Лежньова О.В. – Вінниця: ВНМУ ім. М.І. Пирогова, 2011. - 115 с
5. Заболевания и повреждения при занятиях спортом. / Под ред. А.Г. Дембо. 3-е изд., перераб. и доп. - Л.: Медицина, 1991 - 336 с.
6. Плахтій П. Д. Основи медичних знань : навчально-методичний посібник / П. Д. Плахтій, Л. С. Соколенко, Н. В. Гутарева. — Кам'янець-Подільський : ТОВ "Друкарня Рута", 2013. – 268 с.
7. European Physical and Rehabilitation Medicine Bodies Alliance. White Book on Physical and Rehabilitation Medicine in Europe. Eur J Phys Rehabil Med 2018. - Vol.54(2). – P.125-321.

### **Інформаційні ресурси**

1. Бібліотека Національного університету фізичного виховання і спорту України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://uni-sport.edu.ua/>
2. <https://www.studmed.ru/fizicheskaya-kultura-i-sport/>
3. – <http://www.mon.gov.ua> Офіційний сайт Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України.
4. – <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12> Закон України «Про фізичну культуру і спорт».
5. – <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1060-12> Закон України «Про освіту».
6. – <http://www.nbuv.gov.ua/> – Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського.
7. – <http://library.gov.ua/> – Національна наукова медична бібліотека України.
8. – <http://osvita.ua/vnz/> – Вища освіта в Україні.
9. – <http://metodportal.com/taxonomy/term/35> – Методичний портал «Фізичне виховання». – <http://www.tmfv.com.ua/> – журнал «Теорія та методика фізичного виховання».