

Київський національний університет
будівництва і архітектури
Кафедра **Фізичного виховання і спорту**
«Затверджую»

Шифр
Спеціальності
017

Назва спеціальності,
освітньої програми
Фізична культура і спорт

Сторінка 1 з 4

Завідувач кафедри
Шамич О.М.

«31» травня 2023 р.

Розробник силябуса
Баканичева Т.В.



СИЛАБУС
СПОРТИВНА МЕДИЦИНА З ОСНОВАМИ ДОЛІКАРСЬКОЇ
ДОПОМОГИ У НЕВІДКЛАДНИХ СТАНАХ

(назва освітньої компоненти (дисципліни))

| |
|---|
| 1) Шифр за освітньою програмою: ОК.36 |
| 2) Навчальний рік: 2023/2024 |
| 3) Освітній рівень: перший рівень вищої освіти (бакалавр) |
| 4) Форма навчання: денна, заочна, дуальна, дистанційна, змішана |
| 5) Галузь знань: 01 ОСВІТА/ПЕДАГОГІКА |
| 6) Спеціальність, назва освітньої програми: 017 «Фізична культура і спорт» |
| 8) Статус освітньої компоненти: (обов'язкова чи вибіркова) обов'язкова |
| 9) Семестр: VII- VIII |
| 11) Контактні дані викладача: (зазначається посада, вчений ступінь, ПІБ викладача, корпоративна адреса електронної пошти, телефон, посилання на сторінку викладача на сайті КНУБА) Баканичева Тетяна Вікторівна ст.викладач кафедри фізичного виховання і спорту tbakanycheva@gmail.com м./т. (066) 675-26-69 |
| 12) Мова викладання: українська |
| 13) Пререквізити (дисципліни-попередники, які необхідно вивчити, щоб слухати цей курс): анатомія людини, загальна теорія підготовки спортсменів – 1 курс першого рівня вищої освіти; фізіологія людини, біохімія і біохімічні основи ФвіС, основи спортивного тренування - 2 курс першого рівня вищої освіти; теорія і методика юнацького спорту, фізіологія рухової активності-3 курс першого рівня вищої освіти. |
| 14) Мета курсу: <i>Мета</i> навчальної дисципліни 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. |

15) Результати навчання:

| № | Програмний результат навчання | Метод перевірки навчального ефекту | Форма проведення занять | Посилання компетентності |
|----|--|---|---|----------------------------------|
| 1. | ПРН11. Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту | Опитування, доповіді, контрольні роботи, презентації, тестування, співбесіди, залік, екзамен. | Лекції, практичні заняття, консультації | ІК ЗК 01,12 СК 07,09,12,14 |
| 2. | ПРН14. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом. | | | |
| 3. | ПРН16. Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини. | | | |
| 4. | ПРН21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати. | | | |

16) Структура курсу (для денної/заочної):

| Лекції, год. | Практичні заняття, год. | Лабораторні заняття, год. | Курсовий проект/ курсова робота РГР/Контрольна робота | Самостійні робота здобувача, год. | Форма підсумко- вого контролю |
|--|-------------------------------|------------------------------|--|---|--|
| 50 | 40 | | Контрольна робота | 90 | Залік |
| 20 | 20 | | Контрольна робота | 140 | Екзамен |
| Сума годин: | | | | 180 | |
| Загальна кількість кредитів ECTS | | | | 6 | |
| Кількість годин (кредитів ECTS) аудиторного навантаження: | | | | 90 | |
| | | | | 40 | |

17) Зміст курсу (Д/З форми): (окремо для кожної форми занять – Л/Пр/Лаб/ КР/СРС)

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 тренованості. 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 MARCH. 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.

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 TCCC. Оцінка стану постраждалого згідно протоколу MARCH. 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).

Самостійна робота:

| | |
|---------------------|---|
| 1. | Визначення і оцінка фізичного розвитку. Соматоскопія. Типи тілобудови людини, їх характеристика. Типи тілобудови в виборі найбільш оптимального виду спортивної діяльності. |
| 2. | Дослідження функціонального стану серцево-судинної системи. Функціональні проби. |
| 3. | Дослідження функціонального стану дихальної системи. Функціональні дихальні проби. |
| 4. | Особливості правильної постави. Причини, що призводять до порушення постави; Порушення постави у сагітальній та фронтальній площині. Сколіоз. Сколіотична поставу і сколіоз I ступеню. Особливості дослідження стану склепіння стопи. Нормальна форма стопи та патологічні форми стопи. |
| 5. | Лікарсько-педагогічний контроль. Методи лікарсько-педагогічного контролю. Самоконтроль спортсменів і фізкультурників. Характеристика зовнішніх ознак трьох ступенів стомлення при виконанні фізичних навантажень. |
| 6. | Визначення та оцінка загальної фізичної працездатності та аеробної продуктивності. Толерантність до фізичних навантажень. Визначення та оцінка фізичного розвитку людини. |
| 7. | Характеристика «гострих зрушень» у функціональному стані, які виникають після тренувань чи змагань. |
| 8. | Спортивна патологія. |
| 9. | Травми кістково-м'язової системи. Черепно-мозкові травми. Травми спинного мозку. |
| 10. | Кінезіотейпування. |
| 11. | Захворювання шкіри, які пов'язані з заняттям спортом. |
| 12. | Невідкладні стани. Допомога при невідкладних станах. |
| 13. | Засоби відновлення спортивної працездатності. Фізіотерапія. Основи спортивного масажу. |
| 14. | Фармакологічні препарати в спорті. |
| 15. | Домедична допомога в умовах бойових дій. |
| 16. | Види кровотечі. Зупинка кровотечі. |
| 17. | Рани та їх характеристика. Вогнепальні ушкодження. |
| 18. | Поранення грудної клітини, черевної порожнини, тазу. |
| 19. | Переломи кісток: види, ознаки, надання першої допомоги. Транспортна іммобілізація. |
| 20. | Десмургія: види пов'язок і способи їх накладання. |
| 21. | Серцево-легенева реанімація. Алгоритм проведення штучного дихання. Алгоритм проведення непрямого масажу серця. |
| 22. | Невідкладні стани та перша медична допомога при обструкції дихальних шляхів. |
| 23. | Невідкладні стани ССС та перша домедична допомога. |
| 24. | Перша долікарська допомога при отруєннях (угарний газ, наркотичні речовини, алкоголь). |
| 25. | Ураження людини (радіаційними/ біологічними/ хімічними агентами та речовинами). |
| 26. | Анафілактичний шок. Чинники, симптоми. Перша долікарська допомога. |
| 27. | Перша долікарська допомога при укусах тварин. |
| 28. | Туберкульоз. Поширеність в Україні. Шляхи зараження Симптоми. Профілактика. Вірусний гепатит В. |
| 29. | Вірусний гепатит В. Поширеність в Україні. Шляхи зараження Симптоми. Профілактика. |
| 30. | Стани, яку супроводжуються порушенням діяльності центральної нервової системи: запаморочення, судоми. Панічні атаки. Первина медична допомога. |
| 31. | Симптоми дегідратації. Перша долікарська допомога. |
| Усього годин | |
| 90/140 | |

Курсовий проект/курсова робота/РГР/Контрольна робота:

(тематика, зміст): *Тематика модульної контрольної роботи формується згідно тем лекцій та практичних занять відповідно до семестру.*

18) Основні джерела:

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.: Олімпійська література, 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. Смирнкової – 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.

19) Додаткові джерела:

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.nbu.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».

20) Система оцінювання навчальних досягнень (розподіл балів):

| Поточне оцінювання | | | Модульний контроль | Підсумковий контроль |
|--------------------|--------|--------|--------------------|----------------------|
| ПРН.14 | ПРН.16 | ПРН.21 | | |
| 20 | 20 | 30 | 30 | 100 |

21) Умови допуску до підсумкового контролю:

- Відвідувати лекції (онлайн/офлайн);
- Відвідувати практичні (семінарські заняття);
- Активно працювати на заняттях, відповідати на питання, готувати даткові завдання, робити доповіді);
- Вивчати тематичний матеріал передбачений самостійною роботою;
- Наявність поточної та підсумкової контрольних робіт;
- дотримання умов академічної доброчесності.

22) Політика щодо академічної доброчесності:

Академічна доброчесність здобувачів вищої освіти є важливою умовою для опанування результатами навчання за дисципліною та отримання позитивної оцінки з поточного та підсумкового контролів. Політика щодо академічної доброчесності регламентується нормативним документом КНУБА [Положення-про-заходи-щодо-підтримки-академічної-доброчесності](#). У разі порушення здобувачем вищої освіти академічної доброчесності (списування, плагіат, фабрикація), робота оцінюється незадовільно та має бути виконана повторно. При цьому викладач має право змінити тему завдання.

23) Посилання на сторінку електронного навчально-методичного комплексу дисципліни:

<https://org2.knuba.edu.ua/enrol/index.php?id=3729>,

18) Основна література