



**Силабус
навчальної дисципліни
«СПОРТИВНА МЕДИЦИНА»**

**Спеціальність
017 «Фізична культура і спорт»
Галузь знань 01 «Освіта/Педагогіка»
освітній рівень - бакалавр**

1. Загальна інформація

Назва факультету	Фізичної культури та спорту
Освітня програма (назва, рівень вищої освіти, форма навчання)	Фізична культура і спорт, перший (бакалаврський) рівень вищої освіти, денна форма навчання
Навчальний рік	2020-2021
Кафедра (назва, адреса, телефон, e-mail)	Фізичної терапії та ерготерапії Каб. 141, корпус Ц +38(050)0212890 kafedra-fizvuh.pntu@ukr.net
Керівник кафедри (ПІБ, науковий ступінь, вчене звання, контактний e-mail)	Клеценко Людмила Василівна, кандидат педагогічних наук, в.о. завідувача кафедри фізичної терапії та ерготерапії e-mail: kletsenko_@ukr.net
Викладачі, що викладають дисципліну (ПІБ, науковий ступінь, вчене звання, контактний e-mail)	КЛЕЦЕНКО ЛЮДМИЛА ВАСИЛІВНА (лектор, викладач практичних занять) Посада: в.о. завідувача кафедри фізичної терапії та ерготерапії Науковий ступінь: кандидат педагогічних наук e-mail: kletsenko_@ukr.net Контактний телефон: +38(050)0218290
Особа, відповідальна за силабус	Клеценко Людмила Василівна, в.о. завідувача кафедри фізичної терапії та ерготерапії e-mail: kletsenko_@ukr.net
Рік навчання (рік, на якому реалізується вивчення дисципліни)	3 (третій)
Семестр (семестр, на якому реалізується вивчення дисципліни)	5 (п'ятий)
Тип дисципліни (обов'язкова/вибіркова)	Вибіркова

Обсяг дисципліни (кількість кредитів ЄКТС, загальна кількість годин)	3 кредитів/90 годин
Кількість годин (лекції, практичні заняття, самостійна робота студентів)	Л- 14 год П- 16 год СРС- 140 год
Мова навчання	Українська
2. Опис дисципліни	
Загальна характеристика	Навчальна дисципліна «Спортивна медицина» - є нормативною дисципліною, що включається в навчальні плани як самостійна вибіркова дисципліна. Програма визначає обсяги знань, які повинен опанувати студент відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу дисципліни «Спортивна медицина», необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів.
Мета вивчення дисципліни	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.
Предмет вивчення дисципліни	Предметом вивчення навчальної дисципліни «Спортивна медицина» є вплив фізичної культури і спорту на здоров'я, фізичний розвиток і функціональні можливості організму.
Цілі навчання (основні завдання вивчення дисципліни)	Основними завданнями вивчення навчальної дисципліни «Спортивна медицина» є: • застосовувати ефективні засоби фізичної культури й інші фізичні чинники, які використовуються для раннього повернення хворих до побутових і трудових процесів, а також для попередження або ліквідації ускладнень патологічного процесу; • надавати долікарську допомогу при нещасних випадках під час занять фізичною культурою та спортом; • проводити функціональні проби та аналізувати їхні

	результати; аналізувати і прогнозувати вплив фізичних навантажень на організм осіб, які займаються фізичними вправами за даними лікарського контролю; • призначати відповідні реабілітаційні заходи у відновлювальних періодах.
Пререквізити	Дисципліни, базові знання яких та результати навчання необхідні студенту для успішного навчання та опанування компетентностями з дисципліни «Основи фізичної терапії»: • «Анатомія людини»; • «Фізіологія людини»; • «Біохімія»; • «Біологія».
Пореквізити	Знання з навчальної дисципліни «Спортивна медицина» можуть бути використані під час вивчення таких навчальних дисциплін, як: • «Методи фізичної терапії»; • «Лікувальна фізична культура»; • «Масаж загальний і самомасаж».
3. Структура і зміст дисципліни	
Змістовий модуль 1. Визначення й оцінка рівня фізичного розвитку.	Тема 1. Сучасні уявлення про спортивну медицину. Методи обстеження спортсменів на сучасному етапі розвитку спортивної медицини. Місце спортивної в системі підготовки висококваліфікованого спеціаліста з фізичної культури і спорту. Мета і завдання спортивної медицини. Зміст роботи з окремих розділів спортивної медицини. Деякі актуальні питання спортивної медицини. Коротка історія спортивної медицини. Тема 2. Дослідження та оцінка функціонального стану основних систем організму. Основні завдання функціонального дослідження. Класифікація функціональних проб і фізичних навантажень. Оцінка результатів проб із стандартним фізичним навантаженням. Типи реакції серцево-судинної, дихальної та нервової системи на функціональні проби із стандартним фізичним навантаженням. Тема 3. Методи визначення та оцінка розвитку людей з різною фізичною підготовкою. Методи вивчення фізичного розвитку. Методи оцінки рівня фізичного розвитку. Методика обстеження в умовах спортивного тренування. Тема 4. Загальна характеристика фізичних навантажень різної інтенсивності на організмі. Передпатогенні стани.

	Вплив фізичних навантажень різної інтенсивності на організм людини. Причини виникнення передпатологічних станів. Перетренованість.		
Змістовний модуль 2. Тестування в спортивній медицині.	Тема 5. Основи особистої гігієни, гігієнічні вимоги до занять окремими видами спорту. Поняття особистої гігієни включає такі питання: режим дня, харчування, догляд за шкірою тіла і порожниною рота, догляд за одягом, загартовування, фізична культура, особиста гігієна у праці і побуті тощо. Гігієнічні вимоги до занять окремими видами спорту.		
	Тема 6. Фактори, які погіршують фізичну працездатність спортсмена. Основні фактори, що руйнують працездатність спортсмена. Причини виникнення зниження працездатності спортсменів.		
	Тема 7. Фармакологічні та фізіотерапевтичні засоби відновлення в спорті. Фармакологічні препарати в спорті. Використання рослинних препаратів в спорті. Фізіотерапевтичні методи відновлення спортсменів.		
4. Підсумковий контроль			
Загальна система оцінювання	Участь у роботі впродовж семестру/залік 70%/30% за 100-бальною шкалою		
Шкала оцінювання: національна та ЄКТС	100-бальна рейтингова система оцінювання	Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за національною для екзамену, диференціального курсового проєкту (ро
	90 – 100	A – відмінно	5 – відмінно
	82 – 89	B – дуже добре	4 – добре
	74 – 81	C – добре	
	64 – 73	D – задовільно	3 – задовільно
	60 – 63	E – достатньо	
	35 – 59	FX – незадовільно з можливістю повторного складання	2 – незадовільно
	0 – 34	F – незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	
Умови допуску до підсумкового контролю	Студент відвідав усі практичні заняття. Для допуску до заліку необхідно мати не менше 35 балів поточної успішності.		
Вид підсумкового контролю	Підсумковим контролем є залік. Він здійснюється відповідно до вимог «Положення про організацію освітнього процесу в Національному університеті		

	«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка».
Критерії оцінювання екзамєну/диференційованого заліку	Критерієм успішного проходження здобувачем освіти підсумкового оцінювання може бути досягнення ним мінімальних порогових рівнів оцінок за кожним запланованим результатом вивчення навчальної дисципліни.
Максимальна кількість балів	100
Мінімальна кількість балів, що демонструє рівень засвоєння дисципліни	60
5. Інформаційне, методичне та матеріально-технічне забезпечення	
Інформаційне забезпечення з фонду та депозитарію НТБ університету	Науково-технічна бібліотека Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»: 1. Клеценко Л.В. Спортивна медицина: курс лекцій для студентів дистанційної форми навчання спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2020. 126 с. Репозитарій НТБ:
Методичне забезпечення	1. Робоча програма «Спортивна медицина» для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. Складена відповідно до освітньої програми «Фізична культура і спорт». Полтава: Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2020. 14 с. 2. Клеценко Л.В. Методичні вказівки до практичних занять із навчальної дисципліни «Спортивна медицина» для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня бакалавр. – Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2021. – 56 с. 3. Клеценко Л.В. Спортивна медицина: курс лекцій для студентів дистанційної форми навчання спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. – Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2020. – 126 с.
Локація та матеріально-	Аудиторія 143-Ц теоретичного навчання, проектор, мультимедіа

технічне забезпечення	
5. Оригінальність навчальної дисципліни	
Оригінальність дисципліни	Авторський курс, викладання українською мовою
Розміщення на дистанційній платформі	Платформа дистанційної освіти університету Moodle
6. Література	
Обов'язкова	1. Ігровий масаж як засіб оздоровлення дітей дошкільного та молодшого шкільного віку у різних формах роботи з фізичного виховання в режимі дня [Текст]: метод. реком. / уклад.: Л. Г. Кириленко, Л. О. Голуб; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка, Каф. теорії і методики фіз. виховання, адаптивної та масової фізичної культури. – Полтава: ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2013. – 94 с. 2. Марченко О. К. Фізична реабілітація хворих із травмами й захворюваннями нервової системи : навчальний посібник / Марченко О. К. – Київ : Олімпійська література, 2006. – 196 с. 3. Медицинская реабилитация в спорте: руководство для студентов и врачей / [Сокрут В. Н., Казаков В. Н., Поважная Е. С. и др.]; под ред. В. Н. Сокрута, В. Н. Казакова. – Донецк: «Каштан», 2011. – 620 с. 4. Мухін В. М. Фізична реабілітація / Мухін В. К. – Видання третє, перероблене та доповнене. – К.: Олімпійська література, 2009. – 488 с. 5. Пешкова О. В. Фізична реабілітація при захворюваннях внутрішніх органів : навчальний посібник / О. В. Пешкова. – Харків : СПДФО, 2011. – 312 с. 6. Полянська О. С. Основи реабілітації, фізіотерапії, лікувальної фізичної культури і масажу / За ред. В. В. Клапчука, О. С. Полянської. – Чернівці : Прут, 2006. – 208 с. 7. Відновлювальні засоби працездатності у фізичній культурі і спорті / І.О. Ячник, О.О.Воробйов, Л.В.Романів та ін.- Чернівці, 2009.-432 с.
Додаткова	1. Романчук О.П. Лікарсько-педагогічний контроль в оздоровчій фізичній культурі : навч.-метод.пос. / О.П. Романчук. – Одеса :39 видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2010. – 206 с. 2. Соколовський В. С. Лікувальна фізична культура:

	[підручник] / В. С. Соколовський, Н. О. Романова, О. П. Юшковська. – Одесса: Одес. держ. мед. ун-т, 2005. – 234 с. – (Бібліотека студента-медика). 3. Порада А.М. Основи фізичної реабілітації: Навчальний посібник /А.М.Порада, О.В.Солодовник, Н.Є.Прокопчук. – К.: Медицина, 2008. – 248 с 4. Лікувальна фізкультура в санаторно-курортних закладах / За ред.Фісенко Л.І.- К.: Купріянов А.,2005.-400 с. 5. Вілмор Д., Костілл Д. Фізіологія спорту.-К.: Олімп.фіз-ра, 2003.- 654 с
--	--

Розробник силабуса

Людмила КЛЕЦЕНКО

в.о. завідувач кафедри
фізичної культури та спорту

Людмила КЛЕЦЕНКО