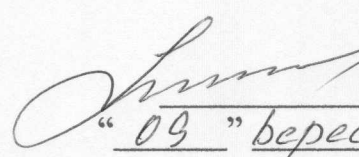


**Міністерство освіти і науки України
Херсонський державний університет**

Кафедра медико-біологічних основ фізичного виховання та спорту

“ЗАТВЕРДЖУЮ”
 Завідувач кафедри
доцент Возний С.С.
“ 09 ” бересня 2019 року

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ОК 15. Спортивна медицина**

**Спеціальність 017 Фізична культура і спорт
017 Фізична культура і спорт (скорочений термін)**

Ступінь вищої освіти «бакалавр»

Факультет фізичного виховання та спорту

2019 – 2020 навчальний рік

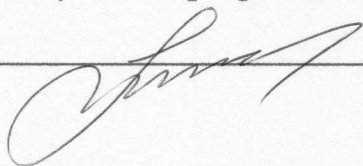
Робоча програма «Спортивна медицина» для студентів за спеціальністю 017. Фізична культура і спорт та 017 Фізична культура і спорт (скорочений термін).

Розробник Возний Сергій Степанович, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання, кандидат наук з фізичного виховання і спорту.

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри медико-біологічних основ фізичного виховання та спорту

Протокол від "09" бересня 2019 року № 1

Завідувач кафедри медико-біологічних основ фізичного виховання та спорту _____ (Возний С.С.)



Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, ступінь вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 4	Галузь знань, 01 Освіта/ педагогіка	Обов’язковий компонент освітньої програми
	Спеціальність 017. Фізична культура та спорт	Рік підготовки
2 та 4-й семестр		
3-4 та 7-8		
Змістових модулів – 2	Ступінь вищої освіти – бакалавр	Лекції
Загальна кількість годин – 120		30 год.
		Лабораторні
30 год.		
Самостійна робота		
60 год.		
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 год. самостійної роботи студента – 4 год.		Вид контролю:
		залік/екзамен

Примітка. Співвідношення кількості аудиторних занять до самостійної роботи становить:
для денної форми навчання – 1:1.

Пояснювальна записка

Освітній рівень тренера сьогодні не може обмежуватися винятково педагогічними знаннями, тим більше, що об'єктом його діяльності є людина в своєму складному взаємовідношенні з навколишнім середовищем. Теорія спортивного тренування в першу чергу базується на законах фізіології.

Природно-наукову базу професійної підготовки майбутнього тренера-викладача видів спорту складають медико-біологічні дисципліни, без знання яких він не може успішно працювати. Базуючись на теоретичних медико-біологічних дисциплінах навчального плану, дисципліна «Спортивна медицина» безпосередньо спрямована на професійну підготовку фахівця в області фізичної культури і спорту. Як науково-практична дисципліна, вона тісно пов'язана з клінічними та медико-біологічними дисциплінами, а саме: анатомією та фізіологією людини, спортивною морфологією, фізіологією спорту, біохімією, гігієною, валеологією, а також педагогікою та психологією фізичного виховання та спорту.

Особливо важливе значення «Спортивна медицина» набуває в умовах, коли до занять фізичною культурою і спортом залучається все більше школярів, вводиться рання спортивна спеціалізація, коли фізичними вправами займаються люди середнього і похилого віку, з різним станом здоров'я і рівнем фізичної підготовленості, коли тренування спортсменів сполучені з максимальним психоемоційним і фізичним напруженням, з форсованою підготовкою, коли інтенсивні тренування нерідко ведуть до патології. Постійний медико-педагогічний контроль – необхідна умова безпеки і ефективності занять фізичною культурою та спортом.

У зв'язку зі сказаним сучасний тренер-педагог повинні мати великий обсяг знань з медико-біологічних основ фізичного виховання та спорту і вміти застосовувати ці знання у своїй практичній роботі, максимально використовуючи допомогу спортивного лікаря. Широкий розвиток спортивних секцій, спортивно-оздоровчих клубів, тренажерних залів тощо значною мірою підвищує значення медичного забезпечення масової фізичної культури. Тому перед викладачем фізичної культури або тренером з видів спорту встають питання обґрунтованого, оптимального дозування фізичних навантажень, оцінки їхньої ефективності, відновлення фізичної працездатності і профілактики перенапруги.

Мета курсу:

1. Підготувати студентів до науково обґрунтованого проведення тренувального заняття і прогнозування результатів з урахуванням морфологічних особливостей будови тіла спортсменів. Прищепити їм практичні навички з основних методів антропометричного обстеження спортсменів, визначенню і оцінці будови тіла і фізичного розвитку, навчити використовувати отримані данні для спортивного відбору і спортивної спеціалізації.

2. Всебічне сприяння розвитку фізичної культури і спорту, як способу спрямованому на: збереження і зміцнення здоров'я, гармонійний розвиток людини, підвищення її працездатності та продовження активного творчого

довголіття, навчання студентів комплексу спеціальних медичних знань і навичок необхідних для майбутньої професійної діяльності.

Завдання курсу:

Теоретичні

а) розширити уявлення про роль лікарського контролю у вдосконаленні спортивної майстерності, зміцненні здоров'я та профілактиці спортивних травм та захворювань пов'язаних з нераціональними заняттями фізичними вправами;

б) вивчати вплив рухової активності на окремі органи, системи та організм в цілому;

в) вивчення особливостей впливу фізичних навантажень різної спрямованості на морфофункціональний стан спортсмена;

г) основні причини, клінічна картина, способи профілактики невідкладних станів при заняттях спортом;

Практичні

а) засвоїти методики визначення фізичного розвитку та соматотипу дітей та підлітків, навчити студентів техніці проведення антропометричних вимірювань, навчити методиці визначення активної та пасивної маси тіла;

б) оволодіти методиками проведення та оцінювання проб та тестів, які використовуються під час дослідження рівня функціонального стану організму спортсмена;

в) навчити проведенню досліджень функціонального стану організму спортсменів та методам проведення медико-педагогічних спостережень за фізкультурниками та спортсменами;

г) оволодіння медико-біологічними методиками визначення та оцінки рівня здоров'я, проведення спортивної орієнтації і відбору;

д) навчити правилам надання першої допомоги під час виникнення спортивних травм;

є) навчити студентів застосовувати на практиці знання, уміння і навички гігієнічного характеру.

Освітньо-професійна програма здобувача вищої освіти «бакалавр» передбачає оволодіння наступними компетентностями.

- Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
- Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.
- Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.
- Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.

Програмні результати навчання

- спілкуватися українською мовою у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування;

- мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту; володіти сучасними методами наукового дослідження, які застосовуються у сфері фізичної культури та спорту;
- здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами; планувати проведення лікарсько-педагогічних спостережень під час навчально-тренувального збору і тренувальних занять; вміти організувати медичне забезпечення спортивних тренувань, змагань, зборів;
- здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань;
- оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи;
- обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту;
- визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом; визначати синдроми поширених захворювань людини; виділяти причину, клінічну картину та засоби профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою та спортом;
- надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини; називати та визначати причини й ознаки передпатологічних і патологічних станів, захворювань і травм, що виникають під час занять фізичною культурою та спортом, засоби їх профілактики;

Міждисциплінарні зв'язки засвоєнню дисципліни сприяють знання анатомії людини, динамічної морфології, спортивної гігієни, біохімії спорту, фізіології людини, фізіології спорту, педагогіки та психології спорту, спортивної метрології та теорії та методики фізичного виховання теорії та методики спортивного тренування.

Структура навчальної дисципліни

Назви змістовних модулів і тем	Кількість годин					
	денна форма					
	усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7
Змістовний модуль 1						
Контроль за морфо-функціональним станом організму спортсмена						
Тема 1. Загальне вчення про хворобу	6	2		2		2
Тема 2. Типові патологічні	6					

процеси		2		2		2
Тема 3. Поняття про імунітет і алергію.	8	2		2		4
Тема 4. Дослідження фізичного розвитку дітей та підлітків	8	2		2		4
Тема 5. Дослідження функцій провідних систем організму	8	2		2		4
Тема 6. Адаптація кісткової та м'язової системи спортсмена до фізичних навантажень	8	2		2		4
Тема 7. Адаптація серцево-судинної системи до фізичних навантажень	8	2		2		4
Тема 8. Методи дослідження функціонального стану серцево-судинної системи спортсменів	8	2		2		4
Тема 9. Медико-педагогічний контроль в фізичній культурі та спорті	6	2		2		2
Тема 10. Медико-педагогічний контроль за юними спортсменами	8	2		2		4
Тема 11. Медико-педагогічний контроль за дівчатами і жінками спортсменками	8	2		2		4
Тема 12. Тема 12. Конституційні особливості організму та їх роль в спортивній практиці	8	2		2		4
Разом за змістовним модулем 1	90	24		24		42
Змістовний модуль 2						
Профілактика та перша допомога при спортивних травмах						
	усього	л	п	лаб	інд	с.р
Тема 1. Профілактика спортивного травматизму	10	2		2		6
Тема 2. Гострі патологічні стани в спорті, профілактика, перша допомога	10	2		2		6
Тема 3. Хронічні патологічні стани в спорті	10	2		2		6
Разом за змістовним модулем 3	30	6		6		18
Разом за змістовними модулями	120	30		30		60

Програма навчальної дисципліни.

Загальне вчення про хворобу

Поняття хвороба і здоров'я. Етіологія та патогенез хвороби, зовнішні та внутрішні фактори, шляхи розповсюдження. Патологічний процес, патологічна реакція, патологічний стан, компенсаторні та захисні реакції організму. Стадії в розвитку і перебігу хвороби. Шляхи розповсюдження етіологічного фактору.

Типові патологічні процеси.

Артеріальна та венозна гіперемія. Ішемія, інфаркт, тромбоз, емболія причина, клініка Запалення, ознаки місцевого та загального запалення загальні реакції, лихоманка. Гіпертрофія, атрофія і дистрофія. Методика проведення анамнезу. Допуск тренувань і змагань

Особливості імунітету спортсменів

Реактивність організму та її види, стрес. Поняття про імунітет. Види імунітету, механізми їх формування. Клітинний і гуморальний імунітет. Особливості імунітету у спортсменів. Загальні поняття про клітинні й імунологічні реакції організму. Основні принципи імунокоригуючої терапії. Особливості протікання хвороб у спортсменів. Алергія, екзогенні та ендогенні алергени. Специфічні та неспецифічні алергічні реакції.

Дослідження фізичного розвитку дітей та підлітків. Сутність поняття фізичний розвиток, фактори, що впливають на фізичний розвиток зовнішні, внутрішні. Методи вивчення фізичного розвитку, соматоскопія, антропометрія, (соматометрія), фізіометрія. Поняття про генотип та фенотип. Вимоги до інвентарю. Характеристика дітей акселератів, медіантів та ретардантів. Методика дослідження фізичного розвитку методом антропометричних стандартів. Методика дослідження фізичного розвитку методом антропометричних індексів, та за допомогою цинтільних таблиць.

Обстеження функцій провідних систем організму спортсменів.

Основні методи обстеження центральної нервової системи. Адаптація центральної та вегетативної нервової системи до фізичних навантажень. Обстеження функцій опорно-рухового апарату. Методи обстеження вегетативної нервової системи. Методи дослідження функціонального стану апарату дихання. Дослідження стану периферичних рефлексів та черепно-мозкових нервів. Дослідження функціонального стану аналізаторів. Методика дослідження статичної та динамічної координації рухів. Методика дослідження ЖЄЛ та динамічної спірометрії. Методика проведення проби Розенталя. Методика проведення та оцінка проби Штанге та Генче.

Адаптація опорно-рухового апарату до фізичних навантажень

Адаптація опорно-рухливого апарату до фізичних навантажень. Адаптаційні зміни в кістковій системі у спортсменів різних спеціалізацій. Структурні зміни у суглобо-зв'язковому апараті спортсменів. Поняття про гнучкість та рухливість. Фактори, які впливають на гнучкість.

Будова скелетних м'язів. Структурна перебудова м'язової тканини під впливом фізичних навантажень. Перебудова м'язів під впливом статичних та динамічних навантажень. Структурно-функціональні особливості рухових

одиниць м'язів. Зміни в м'язових волокнах під впливом фізичних навантажень.

Адаптація серцево-судинної та дихальної системи до фізичних навантажень

Адаптація серцево-судинної системи до фізичних навантажень. Функціональні характеристики серцево-судинної системи. Особливості «спортивного серця». Фізіологічна гіпертрофія міокарда. Адаптація дихальної системи до фізичних навантажень. Адаптація нервової, ендокринної, травної, видільної та системи крові до фізичних навантажень. Адаптація нервової та ендокринної системи до систематичних фізичних навантажень. Особливості функціонування системи виділення спортсменів. Адаптація системи крові до фізичних навантажень, міогенний лейкоцитоз.

Методи дослідження функціонального стану серцево-судинної системи спортсменів.

Дослідження діяльності серця. Будова та провідна система серця. Методика вивчення функціональних показників серця, (поняття брадікардія та тахікардія, характеристика артеріального тиску, систолічний, діастолічний, середній, пульсовий. Інструментальні дослідження серця, електрокардіографія, фонокардіографія. Методика визначення ЧСС та артеріального тиску. Методика проведення та оцінка проби Мартіне. Протипоказання до проведення проб з фізичним навантаженням.

Медико-педагогічний контроль в фізичній культурі та спорті

Лікарсько-педагогічні спостереження в процесі тренувань. Основні задачі лікарсько-педагогічні спостереження. Основні форми та методи лікарсько-педагогічних спостережень. Обсяг поглибленого медичного огляду спортсменів. Оперативний, поточний та етапний контроль за функціональним станом спортсмена.

Медико-педагогічний контроль за юними спортсменами. Акселерація та дитячий спорт. Особливості занять фізичними вправами в дитячому віці. Біологічний та паспортний вік дитини. Дослідження біологічного віку за зубною формулою та статевою формулою. Явища акселерації. Анатомо-фізіологічні особливості організму дитини. Вікова періодизація та динаміка розвитку фізичних якостей у дітей та підлітків.

Особливості тренування дівчат і жінок

Лікарський контроль за жінками-спортсменками. Біологічні особливості жіночого організму. Заняття спортом і оваріально-менструальний цикл. Фізіологічна характеристика стану організму жінок в різні фази менструального циклу. Загальна і спеціальна працездатність, прояв фізичних якостей в різні фази менструального циклу. Вагітність і спортивне тренування. Показники фізичного розвитку жінок. Функціональний стан серцево-судинної та дихальної систем жінок. Секс контроль в спорті.

Конституційні особливості організму та їх роль в спортивній практиці

Поняття про конституцію тіла. Загальна і часткова конституція. Чинники які обумовлюють соматичну конституцію тіла. Пропорції тіла

спортсмена. Конституційні особливості спортсменів різних спеціалізацій, поняття: модулі, канони, еталонні моделі. Основи спортивної орієнтації та відбору. Морфофункціональні критерії спортивного відбору. Генетичні аспекти спортивного відбору та орієнтації. Вікові аспекти спортивної орієнтації. Періодизація дитячого віку й анатомо-фізіологічні особливості організму дітей. Модельні характеристики спортсменів високого класу

Профілактика спортивного травматизму

Загальна характеристика спортивного травматизму. Причини та механізм виникнення спортивних травм. Профілактика спортивного травматизму. Організація занять фізичними вправами з урахуванням травмо небезпечності окремих вправ. Гігієнічні вимоги до місць тренувань і змагань. Перша допомога при ушкодженнях шкіряного покриву

Клініка, причини, профілактика переломів та вивихів кісток

Вивихи, причини, клінічна картина, перша допомога. Перелом кісток кінцівок, причини, клінічна картина, перша допомога. Перелом кісток тазу та хребта, причини, клінічна картина, перша допомога

Правила накладання транспортної іммобілізації при переломах і вивихах кісток. Клінічні ознаки та перша допомога при переломах і вивихах кісток. Перша допомога при переломах хребта і кісток тазу.

Перша допомога при кровотечі

Класифікація кровотечі. Ознаки внутрішньої кровотечі. Методи зупинки артеріальної та венозної кровотечі. Перша допомога при пневмотораксі. Перша допомога при капілярній кровотечі.

Гострі патологічні стани в спорті, профілактика, перша допомога

Причини, профілактика та допомога при нещасних випадках на воді. Клініка істинного утоплення в морській та прісній воді. Ознаки асфіксічного утоплення. Причини загибелі на воді. Правило та методика проведення серцево-легеневої реанімації. Ознаки клінічної смерті.

Профілактика та перша допомога при гравітаційному шоку. Перша допомога при втраті свідомості. Перша допомога при нокдауті і струсі головного мозку. Раптова смерть в спорті. Клініка теплового та сонячного удару. Перша допомога при укусах отруйних комах. Гіпоглікемічний стан, клініка, профілактика, перша допомога. Клініка та профілактика теплового та сонячного удару.

Хронічні патологічні та передпатологічні стани в спорті

Хронічне фізичне перенапруження опорно-рухового апарату, перша допомога. Хронічне фізичне перенапруження функцій провідних систем організму спортсмена. Втома, перевтома, перетренованість причини, клініка.

Клініка та профілактика печінкового больового синдрому. Дистрофія міокарду у спортсменів.

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ №1

КОНТРОЛЬ ЗА МОРФО-ФУНКЦІОНАЛЬНИМ СТАНОМ ОРГАНІЗМУ СПОРТСМЕНА

Лекційний модуль

№	Тема	Годин
1.	Загальне вчення про хворобу. Етіологія та патогенез, стадії розвитку хвороби	2 год.
2.	Місцеві розлади кровообігу	2 год.
3.	Особливості імунітету спортсменів. Поняття про алергію	2 год.
4.	Учення про фізичний розвиток. Методи дослідження фізичного розвитку	2 год.
5.	Характеристика і оцінка функціонального стану дихальної та нервової системи	2 год.
6.	Адаптація опорно-рухового апарату до фізичних навантажень	2 год.
7.	Адаптація серцево-судинної системи до фізичних навантажень	2 год.
8.	Методи дослідження функціонального стану серцево-судинної системи спортсменів	2 год.
9.	Медико-педагогічний контроль в фізичній культурі та спорті	2 год.
10.	Медико-педагогічний контроль за юними спортсменами	2 год.
11.	Медико-педагогічний контроль за дівчатами і жінками спортсменками	2 год.
12.	Конституційні особливості організму та їх роль в спортивній практиці	2 год.

Лабораторний модуль

№	Тема	Годин
1	Основи загальної патології в спорті. Методика збирання загального та спортивного анамнезу	2 год.
2	Загальна характеристика типових патологічних процесів в організмі.	2 год.
3	Особливості імунітету спортсменів	2 год.
4	Методи визначення фізичного розвитку дітей і підлітків	2 год.
5	Методи дослідження функціонального стану нервової та дихальної систем	2 год.
6	Визначення компонентів маси тіла спортсмена(кістковий, жировий, м'язовий)	2 год.
7	Методика вимірювання пульсу та артеріального тиску	2 год.
8	Методи дослідження функціонального стану серцево-судинної системи	2 год.
9	Методи дослідження функціонального стану під час оперативного, поточного та етапного контролю	2 год.

10	Визначення біологічного віку дітей та підлітків	2 год.
11	Лікарський контроль статевої належності жінок-спортсменок	2 год.
12	Визначення тілобудови спортсмена	2 год.
	Всього	24 год.

Модуль самостійної роботи

№	Тема	Годин
1	Історія розвитку та організація спортивної медицини в Україні	2 год.
2	Поняття про спадковість, генетичні хвороби	2 год.
3	Імунодефіцити. Основні принципи імунотерапії	4 год.
4	Морфофункціональні особливості дітей дошкільного, молодшого, середнього та старшого шкільного віку	4 год.
5	Обстеження системи крові. Споживання кисню та кисневий борг	4 год.
6	Види з'єднання кісток, будова та визначення рухливості в суглобах. Зміни в м'язових волокнах під впливом фізичних навантажень	4 год.
7	Анатомо-фізіологічні особливості системи кровообігу у дітей, підлітків та дорослих спортсменів	4 год.
8	Інструментальні методи дослідження серцево-судинної системи (ЕКГ, фонокардіограма, сфїмографія, реовозографія)	4 год.
9	Самоконтроль в масовій фізичній культурі та спорті, контроль за спортсменами зрілого та похилого віку	2 год.
10	Загальна фізична працездатність дітей і підлітків, первинне поглиблене медичне обстеження дітей	4 год.
11	Функціональний стан і фізична працездатність жінок-спортсменок у різні фази менструального циклу. Вплив фізичних навантажень на організм жінок	4 год.
12	Особливості фізичного розвитку і у представників різних видів спорту. Вплив фізичних навантажень на статуру спортсмена	4 год.
	Всього	42 год

Підсумкова тека: тестовий контроль, залік.

Список рекомендованої літератури.

▪ Основна література.

1. Запорожець О. П. Спортивна морфологія: Навч. посіб. – Херсон: Айлант, 2002. – 108 с.
1. Круцевич Т.Ю., Воробьев М.И. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей. К.: Здоровье, 2005. – 195 с.

2. Савка В. Г., Радько М. М., Воробйов О. О., Марценяк І. В., Бабюк А. В. Спортивна морфологія: Навч. посіб. / За ред. М. М.Радька- Чернівці: Книги - XXI, 2005. – 196 с.
3. Сергієнко Л.П. Спортивна морфологія з основами антропогенетики / Л.П. Сергієнко. К.: Кондор-Видавництво, 2016. – 480 с.
4. Спортивна медицина: Навч. посібн. для вищих навчальних закладів / В.П. Мурза., О.А. Архипов., М.Ф. Хорошуха. – К. : Університет “Україна”, 2007. – 249 с.
5. Шахліна Л.Я.-Г Спортивна медицина / Л.Я. Шахліна, Б.Г. Коган, Т.О. Терещенко. – К.: Національний університет фізичного виховання та спорту України, Олімпійська література, 2018. – 424 с.

Додаткова література.

1. Медико-біологічні основи фізичної культури та спорту / П.С. Назар, О.О. Шевченко, Т.П. Гусєв. – К.: Олімп. л-ра, 2013. – 328 с.
2. Спортивна медицина України: історія сьогодення та майбутнє. / за ред.. В.В. Клапчука та Ю.П. Дехтярьова. – К. – Дніпропетровськ: ДеліТа, 2006. – 156 с.
3. Спортивная медицина : [практ. рекомендації] /под..ред. Р. Джексона. – К.: Олимпийская література, 2003.
4. Шахлина Л.Г. Медико-биологические основы спортивной тренировки женщин. – К.: Наук. думка, 2001. – 325 с.

1. INTERNET – ресурси

- 1. <http://www.twirpx.com/file/567142/>
- 2. <http://www.university.com.ua> (Херсонський віртуальний університет).

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ №2

ПРОФІЛАКТИКА ТА ПЕРША ДОПОМОГА ПРИ СПОРТИВНИХ ТРАВМАХ

Лекційний модуль

№	Тема	Годин
1	Профілактика спортивного травматизму	2 год.
2	Причини, профілактика та допомога при нещасних випадках на воді	2 год.
3	Гострі патологічні стани в спорті, профілактика, перша допомога	2 год.
	Всього	6 год.

Лабораторний модуль

№	Тема	Годин
1	Профілактика та перша допомога при ушкодженні м'яких тканин у спортсменів	2 год.
2	Перша допомога при переломах і вивихах кісток.	

	Класифікація, клініка та перша допомога при кровотечі. Клініка внутрішньої кровотечі. Перша допомога	2 год.
3	Профілактика та перша допомога при гострих патологічних станах в спорті, (гіпоглікемія, втрата свідомості)	2 год.
	Всього	6 год.

Модуль самостійної роботи

№	Тема	Годин
1	Організація занять з урахуванням травмонебезпечності окремих вправ	2 год.
2	Травми та захворювання травної системи у спортсменів	2 год.
3	Дисмургія та тейпування	2 год.
4	Профілактика та перша допомога при гострій серцевій недостатності та сторонніх предметах в дихальних шляхах	2 год.
5	Профілактика та перша допомога при отруєннях, електротравмах, обмороженні	2 год.
6	Профілактика та перша допомога при укусах отруйних тварин та комах	2 год.
7	Хронічне фізичне перенапруження провідних органів і систем організму	2 год.
8	Хронічне перенапруження кісткової тканини	2 год.
9	Нетрадиційні методи надання першої допомоги	2 год.
	Всього	18 год.

Підсумкова тека: тестовий контроль

Список рекомендованої літератури.

■ Основна література.

1. Шахліна Л.Я.-Г. Спортивна медицина / Л.Я. Шахліна, Б.Г. Коган, Т.О. Терещенко. – К.: Національний університет фізичного виховання та спорту України, Олімпійська література, 2018. – 424 с.
2. Спортивна медицина: Навч. посібн. для вищих навчальних закладів / В.П. Мурза., О.А. Архипов., М.Ф. Хорошуха. – К. : Університет “Україна”, 2007. – 249 с.
3. Заболевания сердца и реабилитация / Под ред. М.Л. Поллока, О.Х. Шмидта. – К. : Олимпийская литература, 2000. – 500 с.
4. Левенець В.М. Спортивна травматологія. /В.М. Левенець, Я.В.Лінько. – К.: Олимпийская литература, 2008. – 215 с.
5. Регеда М.С. Невідкладні стани / М.С. Регеда, В.Й. Кресюн, І.Г. Гайчук, В.М. Фрайт / Львів, 2018. – 354 с.

▪ **Додаткова література.**

1. проф.Регада М. С., проф.Федорів Я.-Р. М., доц.Гайдучок І Г., проф.Фрайт В. М., к.м.н. Філіпюк А. Л., Федорів О. Я., Регада М.М., к.м.н. Ковалишин О. А., к.м.н. Колішецька М.А., к.м.н. Челпанова І.В., Мироненко С.І., Гороховська О.М. Діагностика та невідкладна медична допомога в клініці внутрішньої медицини / За редакцією проф. М.С.Регеди і проф. Я.-Р. М. Федоріва. - Львів, 2013. – 237 с.

▪ **INTERNET – ресурси**

- 1. <http://www.twirpx.com/file/567142/>
- 2. <http://www.university.com.ua> (Херсонський віртуальний університет).
- 3. <http://www.sportmedicine.ru/books.php>

Підсумкова тека: тестовий контроль, усний екзамен.

Методи навчання

Комплексне використання різноманітних методів організації і здійснення навчально-пізнавальної діяльності студентів та методів стимулювання і мотивації їх навчання, що сприяють розвитку творчих засад особистості майбутнього фахівця з фізичного виховання з урахуванням індивідуальних особливостей учасників навчального процесу й спілкування.

З метою формування професійних компетентностей широко впроваджуються інноваційні методи навчання, що забезпечують комплексне оновлення традиційного педагогічного процесу. Це комп'ютерна підтримка навчального процесу (відеопрезентації, мульті-медійні засоби, електронні посібники), впровадження інтерактивних методів навчання (робота в малих групах, опрацювання дискусійних питань, вирішення творчих завдань, розрахунково-графічних робіт).

Методи контролю

Педагогічний контроль здійснюється з дотриманням вимог об'єктивності, індивідуального підходу, систематичності і системності, всебічності та професійної спрямованості контролю.

Використовуються такі методи контролю (усного, письмового), які мають сприяти підвищенню мотивації студентів-майбутніх фахівців до навчально-пізнавальної діяльності. Відповідно до специфіки фахової підготовки перевага надається усному, письмовому, практичному і тестовому контролю.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ І ВМІНЬ СТУДЕНТІВ

Контроль успішності студента здійснюється з використанням методів і засобів, що визначенні в ХДУ. Академічні успіхи студента оцінюються за шкалою, яка застосована в ХДУ з обов'язковим переведенням оцінок до національної шкали та шкали ECTS.

<p>А (відмінно) 90-100</p>	<p>Студент має глибокі і системні знання з усього теоретичного та практичного курсу спортивної медицини, може чітко сформулювати відповідь використовуючи спеціальну медичну термінологію, вільно володіє понятійним апаратом, знає фізіологічні механізми впливу фізичних вправ на організм людини. Вміє застосовувати здобуті теоретичні та практичні знання у всіх видах аналізу. Чітко знає протипоказання до проведення фізичних вправ та навантажень, вміє визначати фізичний розвиток та фізичну працездатність спортсменів. Знає методи профілактики спортивних трав та вміє надавати першу долікарську допомогу. Не допускає помилок у плануванні відновлювальних заходів.</p>
<p>В (добре) 82-89</p>	<p>Студент має міцні, ґрунтовні знання з курсу спортивної медицини, може сформулювати відповідь використовуючи спеціальну медичну термінологію, володіє понятійним апаратом, знає фізіологічні механізми впливу фізичних вправ на організм людини. Вміє застосовувати здобуті теоретичні та практичні знання у всіх видах аналізу. Знає основні протипоказання до проведення фізичних вправ та навантажень, вміє визначати фізичний розвиток та фізичну працездатність спортсменів. Знає методи профілактики спортивних трав та вміє надавати першу долікарську допомогу. У відповідях допускає деякі неточності в формулюваннях, незначні помилки в плануванні відновлювальних заходів.</p>
<p>С (добре) 74-81</p>	<p>Студент має добрі знання з курсу спортивної медицини, може сформулювати відповідь використовуючи спеціальну медичну термінологію, знає фізіологічні механізми впливу фізичних вправ на організм людини. Знає основні протипоказання до проведення фізичних вправ та навантажень. При визначенні фізичного розвитку та фізичної працездатності допускає незначні помилки. Знає методи профілактики спортивних трав, з підказками викладача вміє надавати першу долікарську допомогу. У відповідях допускає деякі неточності в формулюваннях, помилки в методиці проведення тестів з фізичними навантаженнями та плануванні відновлювальних заходів.</p>

Д (задовільно) 64-73	Студент має задовільні знання з курсу спортивної медицини, може з підказкою викладача сформулювати відповідь використовуючи спеціальну медичну термінологію. Знає основні фізіологічні механізми дії фізичних вправ, основні протипоказання до застосування тестів з фізичними навантаженнями, але його знання мають загальний характер, іноді непідкріплені прикладами. Знає методи профілактики спортивних травм, з підказками викладача вміє надавати першу долікарську допомогу. У відповідях допускає неточності в формулюваннях, помилки в методиці проведення тестів з фізичними навантаженнями та відновлювальних заходів.
Е (задовільно) 60-63	Студент має задовільні знання з теоретичного і практичного курсу спортивної медицини, має уявлення про основні протипоказання до проведення навантажувального тестування, задовільно володіє навичками надання першої долікарської допомоги. Замість чіткого термінологічного визначення пояснює теоретичний матеріал на побутовому рівні. У відповідях допускає деякі неточності та помилки. Не знає методик відновлювальних заходів.
FX (не задовільно) 35-59	Студент має фрагментарні знання з усього курсу спортивної медицини. Не володіє термінологією, понятійний апарат не сформований. Не вміє викласти програмний матеріал, словниковий запас не дає змогу оформити ідею. Практичні навички на рівні розпізнавання.
1 F (не задовільно) 1-34	Студент не має знань з курсу спортивної медицини. Не може дати відповідь на основні питання лікарського контролю за особами які займаються фізичними вправами та спортом. Не знає методів профілактики спортивних травм та правил надання першої долікарської допомоги.

Зміни та доповнення
на 20__ / 20__ н.р.

Затверджено
протокол від _____ № _____ засідання кафедри _____
Завідувач кафедри _____ / _____ /

Зміни та доповнення
на 20__ / 20__ н.р.

Затверджено
протокол від _____ № _____ засідання кафедри _____
Завідувач кафедри _____ / _____ /

Зміни та доповнення
на 20__ / 20__ н.р.

Затверджено
протокол від _____ № _____ засідання кафедри _____
Завідувач кафедри _____ / _____ /