

СИЛАБУС

навчальної дисципліни «Спортивна медицина»

для студентів освітнього рівня «Магістр»
спеціальності «014 Середня освіта (Здоров'я людини)»
факультету педагогіки та психології

2020-2021 навчальний рік

Назва навчальної дисципліни	«Спортивна медицина»
Організація навчання	<p><u>День тижня та час навчання за розкладом:</u> Вівторок, 14.00–15.20</p> <p><u>Викладачі та їх контакти:</u> старший викладач Гусева Г.М. м. Київ, вул. Тургенівська 8/14, 14 поверх , аудиторія 14–3; тел. (044) 486–41–40; ел. адреса kmbvoogz@gmail.com</p> <p><u>Графік роботи викладачів:</u> Понеділок–П'ятниця, 8.00–16.00</p>
Актуальність навчальної дисципліни	<p>Проблема здоров'я є однією з основних для різних верств населення, у тому числі і для молоді. Оцінка людьми свого здоров'я залежить від статі, віку, рівня освіти, професії і багатьох інших чинників. Сучасна концепція навчально-виховного процесу передбачає широку роботу серед молоді. Реальне втілення концепції у практику полягає у докорінній зміні програмно-нормативного забезпечення фізичного виховання, формування стійкого інтересу до занять фізичною культурою і спортом. Спорт виступає одним з ефективних засобів повернення неповносправних людей до нормального життя, відроджує в їхніх серцях віру в щасливе майбутнє. Базуючись на теоретичних медико-біологічних дисциплінах учбового плану, спортивна медицина відноситься до числа прикладних дисциплін, безпосередньо спрямованих на професійну підготовку майбутнього спеціаліста, засвоєння основних положень спортивної медицини. Відомо, що фізичні вправи мають істотну можливість виступати як засіб зміцнення основ здорового способу життя людини, проте для того, щоб ця можливість виявилася реалізованою певною мірою, необхідно при виборі форм відповідних занять враховувати сутність особливості « людське здоров'я» і особливості соціально-культурного сенсу, який фізичні вправи мають в суспільстві. Спортивний стиль життя – це комплексна педагогічна проблема формування особистості у процесі занять фізичною культурою і спортом. Правильні педагогічні дії дозволяють формувати фізичне і психічне здоров'я спортивного стилю життя підростаючого покоління.</p> <p>Враховуючи зазначене вище, вважаємо, що студенти які навчаються за спеціальністю 014 Середня освіта (Здоров'я людини), як майбутні вчителі шкільного предмету «Основи здоров'я» та спеціалісти з фізичної реабілітації, повинні володіти теоретичними знаннями та практичними навичками з лікувальної фізичної культури та залежно від виду захворювання використовувати основні і допоміжні прийоми спортивної медицини.</p>
Опис навчальної дисципліни	<p>«Спортивна медицина» є нормативною дисципліною циклу професійної підготовки студентів, що навчаються за спеціальністю</p>

	014 Середня освіта (Здоров'я людини) освітнього рівня «Магістр». Дисципліна вивчається на I курсі й передбачає опанування 3 кредитів ECTS (90 годин). Тижневе навантаження складає 8 год., в тому числі – 2 год. аудиторні заняття та 6 годин – самостійна робота студента. Формою підсумкового контролю є екзамен.
Мета та завдання навчальної дисципліни	Метою викладання навчальної дисципліни «Спортивна медицина» є формування знань і вмінь з визначення функціонального стану, рівня здоров'я і фізичного розвитку спортсменів; вивчення впливу режиму і методик тренування, організація лікувально-профілактичних і відновлювальних заходів; медичне забезпечення тренувального процесу і спортивних змагань, вивчення загальних питань фізичного розвитку дітей та підлітків; розширення уявлень про роль спортивної медицини для вдосконалення досягнень у спорті та фізичній культурі сучасного суспільства. Досягнення поставленої мети передбачає опрацювання відповідної літератури і оволодіння певно термінологією.
Міждисциплінарні зв'язки	«Загальна біологія», «Педіатрія», «Фізіологія людини», «Анатомія людини», «Основи медичних знань», «Безпека життєдіяльності».
Методи навчання	Лекції (традиційна, проблемна, лекція прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій – презентація, розповідь, бесіда; виконання індивідуальних навчальних проєктів, навчальні дискусії, створення ситуацій пізнавальної новизни і зацікавленості.
Очікувані результати навчання	<i>Студенти повинні знати:</i> <ul style="list-style-type: none"> • основні задачі спортивної медицини; основні методи обстеження (клінічні і параклінічні); види і задачі медично-педагогічного спостереження; • організацію медичного забезпечення осіб, які займаються фізичною культурою і спортом (з урахуванням статі, віку, спортивної кваліфікації і спеціалізації; задачі диспансерного спостереження за спортсменами; основи допінг-контролю; <ul style="list-style-type: none"> • методи оцінки стану здоров'я і фізичного розвитку; принципи обстеження і оцінки функцій основних органів і систем; принципи медичного контролю за особами, які займаються фізичною культурою та спортом; методи самоконтролю; • фактори, що погіршують фізичну працездатність і стан здоров'я спортсменів; основні причини травм і захворювань ОРА у спортсменів, принципи профілактики та лікування травм і захворювань, заходи попередження захворювань внутрішніх органів; • передпатологічні стани та патологічні зміни при нераціональних заняттях спортом, а також принципи їх профілактики; загальні принципи, засоби та методи комплексної реабілітації спортсменів. як аналізувати державний стандарт і навчальні програми з основ медичних знань для планування і конструювання основних видів навчальної діяльності учнів. • засоби відновлення та стимуляції під час оздоровчих та спортивних тренувань; методи медичного забезпечення спортивних змагань і спортивно-масових заходів; • теоретичні основи тестування фізичної працездатності спортсменів; <p><i>Студенти повинні вміти:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • за допомогою клінічних і параклінічних методів обстеження оцінювати фізичний розвиток людини; • надавати рекомендації тренерам і спортсменам щодо раціонального

	<p>харчування, лікувально-профілактичних і реабілітаційних засобів з урахуванням статі, віку та фізичного стану;</p> <ul style="list-style-type: none"> • проводити антропометричні обстеження і оцінювати їх результати; визначати фізичний розвиток за допомогою методу індексів; • візуально оцінювати стан опорно-рухового апарату; визначати частоту серцевих скорочень і оцінювати результати; вимірювати артеріальний тиск; надавати долікарську медичну допомогу у невідкладних станах; • застосовувати методи діагностування у спортсменів, здійснювати педагогічний і медичний супровід тренувань і спортивних змагань; • виконувати і аналізувати результати доступних функціональних проб загальної фізичної працездатності спортсменів і осіб, що займаються фізичною культурою; проводити постійний медичний контроль під час тренувань і змагань. <p><i>Студенти повинні набути компетентностей:</i></p> <p><u>Загальних:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу, здатність вчитися; • здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; • здатність використовувати знання передових концепцій, методів науково-дослідницької і професійної діяльності; • здатний формувати позитивну мотивацію до здорового способу життя на основі розвитку життєвих навичок, утверджувати здоровий спосіб життя, повагу до принципів загальнолюдської моралі; • здатність приймати обґрунтоване рішення; володіти навичками міжособистісної взаємодії; • здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово; • здатність володіти комунікативною культурою, вміти працювати у команді, запобігати та виходити з будь-яких конфліктних ситуацій • здатність демонструвати соціальну відповідальність за результати прийняття певних рішень. <p><u>Спеціальних:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • здатність розуміти і застосовувати на практиці теорію та методологію суміжних із спортивною медициною наук; • здатність використовувати фізичні вправи для зміцнення здоров'я і правильного розвитку людини, попередження захворювань, збереження здоров'я спортсмена навіть в умовах напруженого тренування, що є важливою умовою досягнення високих спортивних результатів, працездатності та довголіття; • здатність досягати педагогічних цілей навчальної діяльності у сфері фізичної культури і спорту; • здатність вивчати психологічні особливості засвоєння особами, які займаються фізичною культурою і спортом інформації з метою діагностики, прогнозу ефективності та корекції освітньо - виховного процесу.
<p>Тематичний план навчальної дисципліни</p>	<p><u>Теоретична підготовка:</u></p> <p>Тема 1. Організація спортивної медицини в Україні. Загальне вчення про здоров'я і хворобу.</p> <p>Тема 2. Клінічні та параклінічні методи дослідження.</p> <p>Тема 3. Фізичний стан та методи його дослідження. Функціональні проби.</p> <p>Тема 4. Загальна характеристика захворювань спортсменів. Профілактика спортивного травматизму.</p>

	<p>Тема 5. Хронічне перенапруження ведучих органів і систем організму у спортсменів.</p> <p>Тема 6. . Комплекс медичних обстежень для допуску до занять оздоровчою фізичною культурою.</p> <p>Тема 7. Основні засоби оптимізації процесів відновлення і підвищення фізичної працездатності в системі спортивної підготовки.</p> <p><u>Практична підготовка:</u></p> <p>Тема 1. Клінічні методи обстеження.</p> <p>Тема 2. Параклінічні методи дослідження</p> <p>Тема 3. Фізичний стан і методи його дослідження.</p> <p>Тема 4. Загальна характеристика захворювань спортсменів.</p> <p>Профілактика спортивного травматизму.</p> <p>Тема 5. Хронічне перенапруження ведучих органів і систем організму у спортсменів.</p> <p>Тема 7. Хронічне перенапруження ведучих органів і систем організму у спортсменів.</p> <p>Тема 8. Основні засоби оптимізації процесів відновлення і підвищення фізичної працездатності в системі спортивної підготовки.</p> <p><u>Самостійна підготовка:</u></p> <p>Розроблення індивідуальних навчально-дослідних проектів.</p>
<p>Навчальні ресурси</p>	<p style="text-align: center;"><i>Основні літературні джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Журавлева А.И.,ГраевскаяНД. Спортивная медицина и лечебная физкультура. - М.: Медицина, 1993. -432 с. 2.ЗемцовскийЭ.В. Спортивная кардиология. - СПб.: Гиппократ, 1995. - 447 с. 3. Макарова ГА. Практическое руководство для спортивных врачей. - Краснодар, 2000. - 678 с. 4. Макарова ГЛ., Локтев С.Л. Врачебно-педагогический контроль в условиях среднегорья/ Методические рекомендации для спортивных врачей и тренеров.Краснодар, 1983. - 21 с. 5. Спортивная медицина /Под ред. А.В. Чоговадзе, Л.А. Бутченко. — М.: Медицина, 1984. - 383 с. 6. Спортивная медицина: Учебник для институтов физической культуры /Под ред. В.Л. Карпмана. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 304 с. <p style="text-align: center;"><i>Додаткові літературні джерела:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов. – М.: Гуматит. изд. центр. ВЛАДОС, 1998. – 480 с. 2. Спортивна медицина: учеб. для ин-тов физ. культ./ Под ред. В.Л. Карпмана.М.: Физкультура и спорт, 1987. – 304 с.
<p>Політика курсу</p>	<p>Здобувач вищої освіти повинен:</p> <ul style="list-style-type: none"> • виконувати графік навчального процесу та вимоги навчального плану; • в обов'язковому порядку відвідувати всі види навчальних занять, передбачені навчальним планом; • глибоко та всебічно оволодівати знаннями та вміннями, котрі будуть необхідні майбутньому вчителю; • заздалегідь інформувати викладача у разі неможливості з поважних причин відвідувати заняття; • складати залік, виконувати контрольні та інші роботи, що визначені робочими навчальними планами; обов'язковою є присутність студента на модульному і підсумковому контролях. • Студент успішно навчається, якщо послідовно набирає певну кількість балів. Для цього потрібно, щоб накопичувальний бал був не нижче, ніж 60 протягом семестру. • Якщо накопичувальний бал нижче 60, студент вважається неуспішним і може бути відрахований; • Якщо студент має претензії до викладача через оцінювання, якість надання

	<p>послуг тощо, спершу треба повідомити про це самого викладача; якщо проблему не вдалося вирішити, студент має право звернутися до завідувача кафедри чи керівництва факультету; • Студент повинен неухильно дотримуватися правил внутрішнього розпорядку навчального закладу; інших видів політики, передбаченої нормативними документами, що регулюють навчальний процес у ЗВО.</p> <p>Недопустимо: пропуски та запізнення на заняття; користування мобільним телефоном чи іншими мобільними пристроями під час занять; списування та плагіат; несвоєчасне виконання поставленого завдання, наявність незадовільних оцінок за 50% і більше зданого теоретичного і практичного матеріалу. При роботі з теоретичним матеріалом, на практичних заняттях, під час виконання самостійної та індивідуальної навчально-дослідної роботи студент повинен дотримуватися таких вимог – своєчасність виконання навчальних завдань, повний обсяг їх виконання, якість виконання навчальних завдань, самостійність виконання, творчій підхід у виконанні завдань, ініціативність у навчальній діяльності.</p>
<p>Критерії оцінювання та розрахунок рейтингових балів</p>	<p><u>Поточний контроль</u> проводиться на всіх поточних практичних заняттях відповідно до конкретних цілей теми з метою перевірки якості засвоєння матеріалу відповідно до розкладу та до робочої програми. Його мета – систематична перевірка розуміння та засвоєння теоретичного навчального матеріалу, уміння використовувати теоретичні знання при виконанні практичних завдань. В процесі поточного контролю оцінюється самостійна робота студента щодо повноти виконання завдань.(форми - усний контроль, письмовий контроль, тестовий контроль лабораторний контроль, проблемні ситуації, доповіді, презентації СРС.)</p> <p><u>Контроль самостійної роботи студентів</u> здійснюється під керівництвом викладача: консультації щодо найскладніших питань навчальної програми; робота з додатковою літературою, підготовка рефератів, захист виконаного студентом індивідуального навчально-дослідного проекту.</p> <p><u>Підсумковий контроль</u> рівня засвоєння навчального матеріалу здійснюється у формі складання іспитів або заліків відповідно до освітньої програми, робочого навчального плану, розробленого на основі стандарту спеціальності. Проводиться у формі заліку по завершенню вивчення всіх тем модуля на останньому контрольному заняття, у формі іспиту – за розкладом заліково-екзаменаційної сесії.</p> <p><u>Загальний рейтинговий бал</u> складається з суми семестрових рейтингових балів: усна відповідь (семестровий рейтинг 100 балів); захист лабораторної (практичної) роботи (семестровий рейтинг 40 балів); захист індивідуального навчально-дослідного проекту (семестровий рейтинг 20 балів); підсумкове тестування (семестровий рейтинг 40 балів).</p> <p><u>Нормативний рейтинговий бал</u> – 100</p>