

Вінницький національний медичний університет ім. М.І.Пирогова

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Проректор ЗВО з науково-педагогічної
та навчальної роботи
проф. ЗВО Оксана СЕРЕБРЕННІКОВА



“31” серпня 2022 року

“ПОГОДЖЕНО”

Завідувач кафедри фізичного
виховання та ЛФК
проф. ЗВО Лариса САРАФІНІЮК



“31” серпня 2022 року

СИЛАБУС
навчальної дисципліни
«СПОРТИВНА МЕДИЦИНА»

Спеціальність	222 Медицина
Освітній рівень	Магістр
Освітня програма	ОПП «Медицина», 2022
Навчальний рік	2022-2023
Кафедра	Фізичного виховання та ЛФК
Лектор	професор, д.б.н. Сарафинюк Л.А.
Контактна інформація	fizkult@vnmui.edu.ua вул.Пирогова, 56 (морфологічний корпус), (0432) 520320
Укладач силабусу	Доцент ЗВО Олена ЛЕЖНЬОВА

1. Статус та структура дисципліни

Статус дисципліни	Обов'язкова
Код дисципліни в ОПП та місце дисципліни в ОПП	ОК 41, складова циклу дисциплін професійної підготовки
Курс/семестр	4 курс (VII семестр), 4 курс (VIII семестр)
Обсяг дисципліни (загальна кількість годин/ кількість кредитів ЄКТС)	45 годин /1,5 кредитів ЄКТС
Структура дисципліни	Лекції - 6 год Практичні заняття - 28 год Самостійна робота -11 год В цілому: аудиторні заняття – 75,6%, самостійна поза аудиторна робота – 24,4%
Кількість змістових модулів	1
Мова викладання	українська
Форма навчання	Очна (при впровадженні карантинних заходів- дистанційна очна)

2. Опис дисципліни

Коротка анотація курсу, актуальність. Вивчення навчальної дисципліни «Спортивна медицина» передбачає наукове обґрунтування морфо-функціонального відбору для занять тим чи іншим видом спорту відповідно до генотипових і фенотипових особливостей індивідууму; забезпечення якісного поглибленого диспансерного обстеження, включаючи допуск до змагань на підставі оцінки стану здоров'я; впровадження сучасних методів діагностики в систему медичного моніторингу за спортсменами; підвищення рівня та якості медичного забезпечення шляхом створення уніфікованої програми медичного забезпечення спортсменів вищої кваліфікації на всіх рівнях спортивної діяльності, включаючи тренування і змагання; створення єдиної стандартної системи збору та аналізу результатів обстеження спортсменів з дотриманням принципу конфіденційності; профілактика і лікування захворювань і травм спортсменів в процесі їх професійної діяльності; розробка сучасних методів ранньої діагностики і лікування перенапруження; контроль за функціональним станом і його корекція у спортсменів в умовах обраної спортивної діяльності; впровадження сучасних методів досліджень у спеціалізовані види діяльності спортсменів, що дозволяють кількісно оцінювати функціональні можливості організму; визначення механізму дії педагогічних, психологічних і методико-біологічних засобів відновлення та стимуляції фізичної працездатності; контроль за застосуванням у спорті лікарських препаратів.

Передреквізити. Для успішного засвоєння дисципліни студенту необхідні знання, отримані в процесі вивчення наступних дисциплін загальної підготовки: анатомія, медична біологія, медична хімія, медична та біологічна фізика, фізіологія, патофізіологія, гігієна та екологія, фармакологія, пропедевтика внутрішніх хвороб, пропедевтика педіатрії.

Мета курсу та його значення для професійної діяльності. Метою дисципліни є навчити студентів проводити медичне обстеження осіб різного віку для допущення до занять фізичною культурою і спортом та оцінки їх ефективності; навчити методикам лікарсько-педагогічних спостережень під час тренування; набуття студентами знань про найбільш ефективні засоби фізичної культури й інших фізичних чинників для збереження здоров'я та використання засобів відновлення та стимуляції при спортивному тренуванні.

Постреквізити. В процесі вивчення дисципліни набуваються знання, необхідні для успішного засвоєння дисциплін професійної підготовки, а саме: внутрішньої медицини, хірургії, травматології та ортопедії, неврології, педіатрії, акушерства і гінекології та інших клінічних дисциплін, що передбачає інтеграцію викладання з цими дисциплінами та

формування умінь застосування знань з спортивної медицини в процесі подальшого навчання й у професійній діяльності.

3. Результати навчання.

Після успішного вивчення дисципліни здобувач зможе:

1. володіти методикою комплексного лікарського обстеження осіб, які займаються фізичними вправами;
2. аналізувати дані комплексного лікарського обстеження з визначенням фізичного розвитку, функціональних здібностей та стану здоров'я обстежених осіб;
3. робити лікарський висновок за результатами обстеження, вирішувати питання допуску до занять спортом та фізичною культурою, здійснювати розподіл на медичні групи;
4. виявляти зовнішні ознаки різних ступенів втоми при виконання фізичних вправ;
5. проводити діагностику гострого та хронічного фізичного перенапруження, а також інших захворювань і ушкоджень, що виникають внаслідок неадекватних фізичних навантажень;
6. володіти методами невідкладної допомоги і лікування гострого та хронічного фізичного перенапруження
7. визначити основні відмінності та особливості застосування педагогічних, психологічних та медико-біологічних засобів відновлення та виявляти ознаки вживання допінгу у спортсменів.

4. Зміст та логістика дисципліни

Модуль 1 Спортивна медицина	VII або VIII семестр 45 год/1,5 кредити	Лекції №№ 1-3 Практичні заняття №№ 1-10 Теми для самостійного опрацювання №№ 1-4
-----------------------------	---	---

Дисципліна включає 10 тем.

Модуль 1. Спортивна медицина.

Тема 1. Комплексне лікарське обстеження осіб, що займаються фізичною культурою та спортом. Дослідження та оцінка фізичного розвитку людини.

Тема 2. Дослідження та оцінка функціонального стану серцево-судинної, дихальної та вегетативної нервової систем за допомогою функціональних проб.

Тема 3. Класифікація проб з фізичним навантаженням. Типи реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження.

Тема 4. Визначення та оцінка загальної фізичної працездатності та аеробної продуктивності. Толерантність до фізичних навантажень.

Тема 5. Кількісна оцінка рівня фізичного здоров'я людини. Визначення біологічного віку людини.

Тема 6. Лікарський висновок. Допуск до занять фізичною культурою та спортом, вибір індивідуального рухового режиму.

Тема 7. Перевірка лікарсько-контрольних карт.

Тема 8. Передпатологічні та патологічні стани і захворювання при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом.

Тема 9. Засоби відновлення і стимуляції при оздоровчому та спортивному тренуванні.

Тема 10. Поняття про допінги.

Теми лекційного курсу розкривають проблемні питання відповідних розділів спортивної медицини.

Практичні заняття передбачають теоретичне обґрунтування основних питань теми та засвоєння наступних практичних навичок:

1. Знати про спортивну медицину, розуміти її мету та основні завдання .

2. Оволодіти методикою комплексного лікарського обстеження, включаючи дослідження та оцінку фізичного розвитку, функціональних здібностей організму та стану здоров'я людини.

3. Аналізувати дані обстеження та формувати лікарський висновок, вирішувати питання допуску до занять спортом, здійснювати розподіл на медичні групи.

4. Давати рекомендації щодо вибору найбільш оптимального виду занять фізичними вправами, рекреаційно-оздоровчих та тренувальних рухових режимів в залежності від фізичного стану.

5. Виявляти зовнішні ознаки різних ступенів стомлення при виконанні фізичних вправ.

6. Знати причини виникнення передпатологічних та патологічних станів, а також фактори ризику раптової смерті при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом.

7. Давати рекомендації щодо медико-біологічних й інших засобів профілактики перевтоми та відновлення фізичної працездатності при оздоровчому та спортивному тренуванні.

На практичних заняттях студенти проводять функціональні проби та тести, заповнюють лікарсько-контрольну карту та формулюють висновки до виконаних функціональних проб.

Самостійна робота студента передбачає підготовку до практичних занять та опрацювання практичних навичок, вивчення тем для самостійної поза аудиторної роботи.

Контроль засвоєння тем самостійної поза аудиторної роботи здійснюється підсумковому контролю з дисципліни.

Тематичні плани лекцій, календарні плани практичних занять, тематичний план самостійної поза аудиторної роботи, обсяг та напрямки індивідуальної роботи опубліковані на сайті кафедри.

Маршрут отримання матеріалів: Кафедра фізвиховання та ЛФК/Студенту/Очна форма навчання/ Медицина/ 4 курс/Навчально-методичні матеріали/ або за посиланням <https://www.vnmu.edu.ua/> кафедра фізвиховання та ЛФК#. Доступ до матеріалів здійснюється з корпоративного акаунту студента s000XXX@vnmu.edu.ua.

5. Форми та методи контролю успішності навчання

Поточний контроль на практичних заняттях	Методи: усне або письмове опитування, розв'язання ситуаційних задач, проведення функціональних проб, їх трактування та оцінка їх результатів (оформлення лікарсько-контрольної карти)
Підсумковий контроль дисципліни –залік	Методи: конвертація у бали середнього арифметичного поточної успішності за універсальною 200- бальною шкалою (від 72 до 120 балів) (згідно положення про організацію освітнього процесу у ВНМУ ім.М.І.Пирогова (посилання https://www.vnmu.edu.ua/Загальна інформація/Основні документи))
Засоби діагностики успішності навчання	Теоретичні питання, тести, клінічно-орієнтовані ситуаційні завдання, практичні завдання, демонстрація практичних навичок

6. Критерії оцінювання

Оцінювання знань здійснюється згідно Положення про організацію освітнього процесу у ВНМУ ім.М.І.Пирогова (посилання <https://www.vnmu.edu.ua/Загальна інформація/Основні документи>).

Поточний контроль	За чотирьох бальною системою традиційних оцінок: 5 «відмінно», 4 «добре», 3 «задовільно», 2 «незадовільно»
Контроль практичних навичок	За чотирьох бальною системою традиційних оцінок

Оцінювання дисципліни:	Поточна успішність – від 72 до 120 балів (конвертація середньої традиційної оцінки за практичні заняття за 200-бальною шкалою) Індивідуальна робота – від 6 до 12 балів Сумарно від 122 до 200 балів.
------------------------	---

Шкала оцінювання дисципліни: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
180-200	A	відмінно	зараховано
170-179,9	B	добре	
160-169,9	C		
141-159,9	D	задовільно	
122-140,99	E	задовільно	-
120-140,99	E	-	зараховано
119-61	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
1-60	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

**Критерії оцінювання знань студента
Оцінювання усної відповіді під час поточного контролю**

Оцінка «відмінно» виставляється студенту, який показав різнобічні і глибокі знання теми практичного заняття, вмів успішно виконувати практичні завдання, які передбачені програмою, усвідомив взаємозв'язок окремих розділів дисципліни, їхнє значення для майбутньої професії, виявив творчі здібності у розумінні та використанні навчально-програмного матеріалу, проявив здатність до самостійного оновлення і поповнення знань.

Оцінка «добре» виставляється студенту, який виявив повне знання теми практичного заняття, успішно виконує передбачені програмою практичні завдання, здатний до самостійного оволодіння тематичного плану.

Оцінка «задовільно» виставляється студенту, який виявив знання основного теми практичного заняття в обсязі, необхідному для подальшого навчання, справляється з виконанням практичних завдань, передбачених програмою, але володіє необхідними знаннями для подолання допущених помилок.

Оцінка «незадовільно» виставляється студенту, який не виявив достатніх знань теми практичного заняття, допустив принципові помилки у виконанні передбачених програмою практичних завдань, не може без допомоги викладача використати знання при подальшому навчанні, не спромігся оволодіти навичками самостійної роботи.

Оцінювання виконання практичних навичок під час поточного контролю

Оцінка **«відмінно»** виставляється студенту, який, знає хід, послідовність обстеження та визначення функціонального стану організму фізкультурника і спортсмена, демонструє правильне виконання необхідних практичних навичок та вірно з чіткими формулюваннями узагальнень та висновків оформляє лікарсько-контрольну карту.

Оцінка **«добре»** виставляється студенту, який допускає неточності при проведенні обстеження та визначення функціонального стану організму фізкультурника і спортсмена, але здатний самостійно виявити допущені помилки та може продемонструвати виконання практичної навички в цілому, оформляє лікарсько-контрольну карту.

Оцінка **«задовільно»** виставляється студенту, який знає основи практичного завдання, але зазнає труднощів при проведенні обстеження та визначення функціонального стану організму фізкультурника і спортсмена, не може продемонструвати повну правильну послідовність практичних навичок, не може трактувати в повному обсязі результати проведених досліджень, неохайно оформляє лікарсько-контрольну карту.

Оцінка **«незадовільно»** виставляється студенту, який не може продемонструвати виконання практичної навички, зазнає значних труднощів при проведенні обстеження та визначення функціонального стану організму фізкультурника і спортсмена, порушує порядок виконання практичної роботи, не реєструє хід роботи в лікарсько-контрольній картці.

Нарахування індивідуальних балів здійснюють на підставі Положення про організацію навчального процесу у Вінницькому національному медичному університеті ім.М.І.Пирогова (Вінниця, 2020). (посилання <https://www.vnmu.edu.ua/Загальна інформація/Основні документи>).

12 балів – призові місця на міжвузівських наукових конференціях з друкованою роботою;

11-10 балів – призові місця на внутрішньовузівських наукових конференціях з наявністю друкованої роботи;

10 балів- участь у внутрішньовузівських наукових конференціях без призового місця, з наявністю друкованої роботи;

8 балів- участь у внутрішньовузівських конференціях з друкованою роботою без призового місця;

6 балів – виготовлення таблиць.

7. Політика навчальної дисципліни/курсу

Студент має право на отримання якісних освітніх послуг, доступ до сучасної наукової та навчальної інформації, кваліфіковану консультативну допомогу під час вивчення дисципліни та опанування практичними навичками. Політика кафедри під час надання освітніх послуг є студентоцентрованою, базується на нормативних документах Міністерства освіти та Міністерства охорони здоров'я України, статуті університету та порядку надання освітніх послуг, регламентованого основними положеннями організації навчального процесу в ВНМУ ім.М.І.Пирогова та засадах академічної доброчесності.

Дотримання правил розпорядку ВНМУ, техніки безпеки на практичних заняттях.

Вимоги щодо підготовки до практичних занять. Студент повинен бути підготовленим до практичного заняття, відповідні розділи в лікарсько-контрольній карті до поточної теми мають бути заповнені, при необхідності проведені вдома з фіксацією результатів в картці.

На заняття слід приходити вчасно, без запізнення. Студент, який запізнився більше, ніж на 5 хвилин на заняття, не допускається до останнього і повинен його відпрацювати в установленому порядку.

На практичних заняттях студент має бути одягнений в робочу форму (медичний халат). Студенти, які не мають робочої форми, не допускаються до заняття.

Студент повинен дотримуватись правил безпеки на практичних заняттях та під час знаходження у приміщеннях кафедри.

Під час обговорення теоретичних питань студенти мають демонструвати толерантність, ввічливість та повагу до своїх колег та викладача; при виконанні практичних завдань робоче місце має зберігатись у порядку та бути прибраним після виконання практичної роботи.

Використання мобільних телефонів та інших електронних девайсів. Використання мобільних телефонів та інших електронних пристроїв на занятті допускається тільки під час виконання практичних завдань.

Академічна доброчесність. Під час вивчення дисципліни студент має керуватись Кодексом академічної доброчесності ВНМУ ім.М.І.Пирогова (<https://www.vnmua.edu.ua/> загальна інформація/ Основні документи/ Кодекс академічної доброчесності). При порушенні норм академічної доброчесності під час поточного та підсумкових контролів студент отримує оцінку «2» та повинен її відпрацювати своєму викладачу в установленому порядку протягом двох тижнів після отриманої незадовільної оцінки.

Пропуски занять. Пропущені заняття відпрацьовуються в порядку, установленому в Положенні про організацію освітнього процесу у ВНМУ ім. М.І. Пирогова (посилання <https://www.vnmua.edu.ua/> Загальна інформація/Основні документи) у час, визначений графіком відпрацювань (опублікований на сайті кафедри <https://www.vnmua.edu.ua/> кафедра фізвиховання та ЛФК#) черговому викладачу. Для відпрацювання пропущеного заняття студент має письмово чи усно відповісти на питання до теми заняття. Відпрацювання пропущених лекцій здійснюється після надання конспекту лекційного матеріалу, або написання реферату, чи підготовки власної презентації з теми пропущеної лекції.

Порядок допуску до підсумкового контролю з дисципліни наведений в Положенні про організацію освітнього процесу у ВНМУ ім.М.І.Пирогова (посилання <https://www.vnmua.edu.ua/> Загальна інформація/Основні документи). До підсумкового контролю допускаються студенти, які здали лікарсько-контрольні карти, не мають пропущених невідпрацьованих практичних занять та лекцій та отримали середню традиційну оцінку не менше «3».

Додаткові індивідуальні бали. Індивідуальні бали з дисципліни студент може отримати за індивідуальну роботу, обсяг якої оприлюднений на сайті кафедри в навчально-методичних матеріалах дисципліни, кількість балів визначається за результатами ІРС згідно Положенню про організацію освітнього процесу у ВНМУ ім.М.І.Пирогова (посилання <https://www.vnmua.edu.ua/> Загальна інформація/Основні документи).

Вирішення конфліктних питань. При виникненні непорозумінь та претензій до викладача через якість надання освітніх послуг, оцінювання знань та інших конфліктних

ситуацій, студент повинен подати спершу повідомити про свої претензії викладача. Якщо конфліктне питання не вирішено, то студент має право подати звернення до завідувача кафедри згідно Положення про розгляд звернень здобувачів вищої освіти у ВНМУ ім.М.І.Пирогова ([https://www.vnmu.edu.ua/Загальна інформація/Основні документи](https://www.vnmu.edu.ua/Загальна%20інформація/Основні%20документи)).

Політика в умовах дистанційного навчання. Порядок дистанційного навчання регулюється Положенням про запровадження елементів дистанційного навчання у ВНМУ ім.М.І.Пирогова ([https://www.vnmu.edu.ua/ Загальна інформація/Основні документи](https://www.vnmu.edu.ua/Загальна%20інформація/Основні%20документи)). Основними навчальними платформами для проведення навчальних занять є Microsoft Team, Google Meets. Порядок проведення практичних занять та лекцій, відпрацювань та консультацій під час дистанційного навчання оприлюднюється на веб-сторінці кафедри ([https://www.vnmu.edu.ua/ кафедра фізвиховання та ЛФК/ Студенту](https://www.vnmu.edu.ua/кафедрафізвиховання%20та%20ЛФК/Студенту) або [https://www.vnmu.edu.ua/ кафедра фізвиховання та ЛФК / Новини](https://www.vnmu.edu.ua/кафедра%20фізвиховання%20та%20ЛФК/Новини)).

Зворотній зв'язок з викладачем здійснюється через месенджери (Viber, Telegram, WhatsApp) або електронну пошту (на вибір викладача) в робочий час.

8. Навчальні ресурси Навчально-методичне забезпечення дисципліни оприлюднено на сайті кафедри. Маршрут отримання матеріалів [https://www.vnmu.edu.ua/ кафедра фізвиховання та ЛФК/ Студенту](https://www.vnmu.edu.ua/кафедра%20фізвиховання%20та%20ЛФК/Студенту).

1) Основна література:

1. Діагностика і профілактика захворювань та травм, що виникають в наслідок нераціональних занять спортом / Михалюк Є.С., Сиволок В.В.. – Запоріжжя, 2022. – 200 с.
2. Foundations of the physical rehabilitation in medicine / Anatoliy Mahlovanyu, Olha Kuninets, Igor Grygus //Фізична терапія, здоров'я, фізична культура та педагогіка : монографія . Fizjoterapia, zdrowie, kultura fizyczna i pedagogika : monografia. – Рівне : НУВГП, 2021. – С. 147 – 175
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії : підруч. для студентів I рівня вищ. освіти: галузь знань 22 "Охорона здоров'я", спец. 227 "Фізична терапія, ерготерапія" / за заг. ред.: Л. О. Вакуленко, В. В. Клапчука. - Тернопіль : ТДМУ "Укрмедкнига", 2020. - 372 с.
4. Лянной Ю. О. Основи фізичної реабілітації: навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. / Ю. О. Лянной ; ред. Ю. О. Лянной. - Суми : Вид-во Сум. ДПУ ім. А. С. Макаренка, 2020. - 368 с.
5. Спортивна медицина : підруч. для студентів закл. вищ. освіти / Лариса Ян-Генріхівна Шахліна, Борис Григорович Коган, Тетяна Олександрівна Терещенко, Володимир Петрович Тищенко, Сергій Михайлович Футорний ; за ред. Лариса Ян-Генріхівна Шахліна. – Київ : Нац. Ун-т фіз. виховання і спорту України : Олімпійська література, 2018. – 422, [1] с.
6. Михалюк Є. Л. Актуальні питання спортивної медицини. Ч. 1 : монографія / Євген Леонідович Михалюк. – Одеса : Купрієнко Сергій Васильович ; Запоріжжя : [Б. в.], 2017. – 158 с.
7. David X. Cifu. Braddom's Physical Medicine and Rehabilitation. - Commonwealth University School of Medicine, Richmond, Virginia, 2017. – 1184 p.

2) Додаткова література:

1. Спортивна медицина. Підручник для студентів закл. вищої освіти фіз. виховання і спорту / за ред Л.Я.-Г. Шахліної. – К.: Олімпійська література, 2019. – 424 с.
2. Михалюк Є. Л. Терапевтичні вправи: підручник / Є. Л. Михалюк, Ю. Г. Резніченко. - Запоріжжя : ЗДМУ, 2020. - 228 с.
3. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи: навч. посіб. - Львів : Новий світ-2000, 2020. - 170 с.
4. Колишкін О. В. Теоретико-практичні основи адаптивної фізичної культури: навч. посіб. / О. В. Колишкін. - Суми : Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2020. - 424 с.

3) Електронні ресурси:

1. Електронна адреса сайту університету: <http://vnmu.edu.ua>
2. Електронна адреса сайту бібліотеки університету: <http://library.vnmu.edu.ua>

3. Бібліотека Національного університету фізичного виховання і спорту України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://uni-sport.edu.ua/>
4. Научная библиотека по физической культуре и спорту БГУФК [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.sportlib.iatp.by>
5. МОЗ України <https://moz.gov.ua/>
6. Центр громадського здоров'я МОЗ України <https://phc.org.ua/kontrol-zakhvoryuvan>

Англійською мовою:

1. International Association of Sport International – IASI [Elektronic resourse]. – Access mode: www.iasi.org/home.html
2. <https://www.biomedcentral.com/>
3. <http://search.ebscohost.com/>
- 4) Презентації лекцій, Методичні рекомендації до практичних занять та СРС
9. **Розклад та розподіл груп по викладачам** опублікований на веб-сторінці кафедри ((<https://www.vnmu.edu.ua/> кафедра кафедра фізвиховання та ЛФК / Студенту).
10. **Питання до підсумкового контрол. дисципліни** опубліковані на веб-сторінці кафедри ((<https://www.vnmu.edu.ua/> кафедра кафедра фізвиховання та ЛФК/ Студенту).

Силабус з дисципліни «спортивна медицина» обговорено та затверджено на засіданні кафедри фізвиховання та ЛФК (протокол №1, від «27» серпня 2021 року

Відповідальний за курс



(підпис)

(Олена ЛЕЖНЬОВА)

Завідувач кафедри



(підпис)

(Лариса САРАФІНІЮК)