

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Київський національний університет будівництва і архітектури



СПОРТИВНА МЕДИЦИНА З ОСНОВАМИ ДОЛІКАРСЬКОЇ ДОПОМОГИ У НЕВІДКЛАДНИХ СТАНАХ

Методичні вказівки
для студентів спеціальності 017 “Фізична культура і спорт”
освітнього рівня бакалавр

Київ 2024

УДК 796:613.71/73(075.8)

С 73

Укладач В.В. Кульбака, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту, Київського національного університету будівництва і архітектури
О.В. Баканичев, канд. пед. наук, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту, Київського національного університету будівництва і архітектури

Рецензент О.М. Шамич, доктор псих. наук, професор кафедри фізичного виховання і спорту, Київського національного університету будівництва і архітектури

Відповідальний за випуск О.М. Шамич, д-р псих.наук, професор

Затверджено на засіданні кафедри фізичного виховання і спорту, протокол № 5 від 17.01. 2024 року.

В авторській редакції.

Спортивна медицина з основами долікарської допомоги у невідкладних станах.: методичні вказівки для студентів спеціальності 017 “Фізична культура і спорт” освітнього рівня бакалавр. Уклад.: В.В. Кульбака, О.В. Баканичев. Київ: КНУБА, Талком, 2024. – 36 с.

Містять загальні відомості, мету, завдання, програму та структуру навчальної дисципліни «Спортивна медицина з основами долікарської допомоги у невідкладних станах».

Надані теми та короткий зміст лекційних та практичних занять, вимоги до поточного, модульного і підсумкового контролю, вимоги до здачі заліку і екзамену, спеціальна література, інші інформаційні ресурси для вивчення дисципліни.

Призначено для студентів спеціальності 017 “Фізична культура і спорт” освітнього рівня бакалавр денної та заочної форм навчання.

© КНУБА,Талком 2024

ЗМІСТ

Загальні положення	3
Мета та завдання дисципліни	4
1. Характеристика навчальної дисципліни	6
2. Програмні результати навчання та компетентності студентів, що формуються в результаті засвоєння дисципліни	7
3 Програма навчальної дисципліни	9
3.1 Модуль 1 (денна форма)	9
3.2 Модуль 2 (денна форма)	11
3.3. Модуль 1 (заочна форма)	13
3.4. Модуль 2 (заочна форма)	14
4. Структура навчальної дисципліни	16
5. Вимоги до самостійної роботи студентів	24
5.1. Індивідуальна робота	25
6. Контроль за якістю навчання	27
6.1. Поточний контроль	27
6.2. Модульний контроль	28
6.3. Підсумковий контроль	29
6.3.1. Перелік питань для підсумкового контролю (залік)	30
6.3.2. Орієнтовний перелік питань для підсумкового контролю (екзамен)	32
6.5. Умови допуску до підсумкового контролю	33
Література	34

ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

Важливим напрямком підвищення ефективності підготовки висококваліфікованих спеціалістів є посилення ролі в навчальному процесі теоретичної, методологічної та світоглядної підготовки. Тому особливі вимоги ставляться до теоретичних та профілюючих дисциплін, де фундаментальні знання та навички практичної діяльності, які набуті студентами в процесі навчання, можуть розглядатися як основа глибокої фахової компетентності у вирішенні складних завдань у майбутній трудовій діяльності [7,9,12,14].

Дисципліна «Спортивна медицина з основами долікарської допомоги у невідкладних станах» профілююча у професійній підготовці фахівців зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Дана спеціальність вимагає високої професійної підготовленості фахівців з анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом, вміння надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини, застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати [14,16,21].

У методичних вказівках надана програма дисципліни, що складається з курсу лекцій та практичних занять.

Зміст методичних вказівок враховує попередні знання студентів з дисципліни «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Фізіологія людини», «Біохімія і біохімічні основи ФВІС», «Гігієна фізичного виховання і спорту», «Фізіологія спорту», «Медико-педагогічний контроль у ФВІС».

Предметом навчальної дисципліни є вплив фізичної культури і спорту на здоров'я, фізичний розвиток і функціональні можливості організму; організація надання першої долікарської допомоги при невідкладних станах.

МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Мета навчальної дисципліни - 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.

Предметом навчальної дисципліни – спортивна підготовка спортсменів різної кваліфікації за обраним видом спорту; організація надання першої долікарської допомоги при невідкладних станах.

Дисципліна є частиною фахової теоретичної підготовки, розрахованої на 4 роки навчання і включає чотири етапи, на кожному з яких послідовно вирішуються певні завдання.

IV етап – творчий, який передбачає заключний етап професійного навчання.

Завданнями навчальної дисципліни:

- розглянути передовий практичний досвід роботи зі спортивною медициною;
- розвинути/реалізувати творчий потенціал студента;
- інтегрувати фахові сучасні знання та науково-практичні досягнення у майбутню професійну діяльність.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми на даному етапі студенти повинні:

знати:

- поняття навчальної дисципліни “Спортивна медицина з основами долікарської допомоги у невідкладних станах”;
- сучасні наукові підходи до організації та проведення медичного обстеження під час навчально-тренувального процесу спортсменів;
- фізіологічні і патологічні зміни в організмі, які виникають при фізичному навантаженні;
- загальну характеристику захворюваності спортсменів;
- поняття спеціальної працездатності і тренуваності;
- типи реакцій серцево-судинної системи на фізичне навантаження;
- характеристику спортивного травматизму;
- основи реабілітації спортсменів після захворювань і травм;
- засоби відновлення спортивної працездатності;

- поняття про допінг, антидопінговий контроль;
- принципи діагностики невідкладних станів;
- реанімаційні заходи, які проводяться в рамках долікарської допомоги;
- засоби для тимчасової зупинки кровотечі;
- правила транспортування потерпілих;
- алгоритмами надання долікарської допомоги при найбільш поширених

невідкладних станах

володіти:

- методами оцінки фізичного розвитку людини;
- вмінням дати загальну оцінку функціонального стану основних систем організму;
- методами оцінки загальної фізичної працездатності;
- вмінням накладання стандартних і нестандартних транспортних шин;
- вмінням використання засобів для тимчасової зупинки кровотечі;

1. ХАРАКТЕРИСТИКА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Навчальна дисципліна «Спортивна медицина з основами долікарської допомоги у невідкладних станах» розрахована на студентів IV курсу спеціальності 017 “Фізична культура і спорт” денної та заочної форми навчання.

Як видно з таблиці 1, програма курсу розрахована на 180 годин. Виконання програми здійснюється за допомогою: лекцій (50 годин); семінарських занять (40 годин); самостійної роботи (90 годин) – для студентів денної форми навчання; лекцій (20 години); семінарських занять (20 годин); самостійної роботи (140 годин) – для студентів заочної форми навчання.

Таблиця 1

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма	заочна форма
Кількість кредитів - 6	<i>Галузь знань:</i> 01 Освіта/педагогіка	Нормативна	
Модулів - 1	<i>Спеціальність:</i> 017 Фізична культура і спорт	Рік підготовки:	
Змістових модулів - 2		4-й	4-й
Загальна кількість годин - 180		Семестр	
		7-8-й	7-8-й
		Лекції	
Тижневих годин (денна форма): аудиторних – 2 самостійної роботи – 4	<i>Освітньо-кваліфікаційний рівень:</i> Бакалавр	50 год.	20 год.
		Практичні, семінарські	
		40 год.	20 год.
		Самостійна робота	
		90 год.	140 год.
		Вид контролю: залік, екзамен	

Наприкінці сьомого семестру за даним курсом складається залік, наприкінці восьмого семестру – екзамен.

Для отримання заліку/екзамену необхідно засвоїти теоретичні знання, оволодіти відповідними вміннями і навичками, зробити доповідь, презентацію, виконати модульну контрольну роботу, приймати участь в обговоренні заданих тем на практичних заняттях, вміти працювати самостійно.

2. ПРОГРАМНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ТА КОМПЕТЕНТНОСТІ, ЩО ФОРМУЮТЬСЯ В РЕЗУЛЬТАТІ ЗАСВОЄННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Бакалавр фізичної культури і спорту повинен бути здатний розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів відповідних наук і характеризується комплексністю та невизначеністю умов (табл. 2-3).

Таблиця 2

Компетентності здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти

Код	Зміст компетентності
Інтегральна компетентність (ІК)	
Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.	
Загальні компетентності (ЗК)	
ЗК01	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
ЗК12	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
Спеціальні (фахові) компетентності (СК)	
СК07	Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.
СК09	Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.
СК12	Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.
СК14	Здатність до безперервного професійного розвитку.

Таблиця 3

Програмні результати здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти

Код	Програмні результати
ПРН14	Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.
ПРН16	Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.
ПРН21	Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

3. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

3.1. МОДУЛЬ 1 (денна форма)

Змістовий модуль 1. Основи спортивної медицини. Лікарський контроль в спортивній медицині (16 годин).

Лекція 1. Сучасні уявлення про спортивну медицину. Лікарсько-педагогічний контроль. *Визначення терміну спортивна медицина. Основні напрямки спортивної медицини. Головні завдання лікарсько-фізкультурної служби. Лікарсько-фізкультурний диспансер. Основні форми лікарського контролю. Медико-біологічне забезпечення та диспансеризація осіб, які займаються фізичною культурою та спортом.*

Лекція 2. Методи обстеження в спортивній медицині. Визначення та оцінювання фізичного розвитку. *Соматоскопія. Соматометрія. Метод антропометричних стандартів із кресленням на їх основі антропометричного профілю, метод кореляції, метод антропометричних індексів, метод перцентилів.*

Лекція 3. Дослідження та оцінка функціонального стану систем організму в спортивній медицині. *Серцево-судинна система. Дихальна система. Нервова система.*

Лекція 4. Визначення та оцінка загальної фізичної працездатності. Визначення толерантності організму до фізичних навантажень. *Основні поняття загальної і спеціальної працездатності. П'ять фаз безпосередніх реакцій організму на фізичне навантаження. Динаміка адаптаційних реакцій організму на фізичне навантаження. Проба PWC170.*

Лекція 5. Зміни в організмі при виконанні фізичних навантажень. Фізіологічні зміни. Патогенетичні синдроми у спортивній медицині. *Фізіологічні зміни у нетренованих осіб і спортсменів серцево-судинної системи, дихальної системи, нейрогуморальної регуляції, м'язової системи, опорно-рухового апарату. Зміни функції дихання в умовах динамічних і статичних навантажень. Зміни системи крові, їх характеристика. Зміни системи травлення в умовах фізнавантажень. Потяг про «спортивне серце». Його структура і функціональні ознаки. Поняття про запалення, дистрофію, некроз, гіперемію. П'ять ознак, що характеризують запалення.*

Лекція 6. Загальна характеристика захворюваності спортсменів. *Захворювання і пошкодження органів серцево-судинної системи та системи дихання при заняттях спортом. Реактивність організму і поняття про імунітет.*

Лекція 7. Передпатологічні та патологічні стани при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом. *Гостре і хронічне фізичне перенапруження. Причини виникнення перенапруження і перетренованості. Стан втоми, його роль в організмі. Особливості перехідного стану-перевтоми. Характеристика патологічного стану-перевтоми. Симптоми перетренованості I і II типу. Печінковий больовий синдром: причини виникнення, способи усунення. Перенапруження опорно-рухового апарату, системи виділення.*

Лекція 8. Невідкладні стани в практиці спортивної медицини. Перша допомога і запобігання гострим станам у спорті. *Алгоритм для реанімації при СЛР. Принципи і методи відновлення прохідності дихальних шляхів. основні види зупинки кровотечі.*

Практичні заняття (семінари) (10 годин):

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Загальна оцінка фізичного розвитку. Проведення соматоскопії, соматометрії. Оцінка фізичного розвитку методом антропометричних стандартів, методом кореляції, методом антропометричних індексів і методом перцентилів.

Заняття 2. *Тема для обговорення:* Загальна оцінка функціонального стану основних систем організму. Функціональні проби.

Заняття 3. *Тема для обговорення:* 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. *Тема для обговорення:* Визначення спеціальної працездатності і тренуваності. Типи реакцій серцево-судинної системи. Тест PWC170. Проба Летунова. Принцип економичності функції. Методи визначення максимального споживання кисню.

Заняття 5. *Тема для обговорення:* Основи загальної паталогії. Характеристика типових патологічних процесів. Причини некрозу, гіперемії, атрофії, гіпертрофії. Відмінності процесу гіпертрофії від гіперплазії. Порушення обміну речовин у тканинах, дистрофія.

Модуль 1. Змістовий модуль 2. Спортивний травматизм. Основи реабілітації (14 годин).

Лекція 9. Медико-біологічні основи спортивної підготовки жінок. *Морфофункціональна характеристика організму жінок. Статевий диморфізм. Лікарський контроль статевої належності жінок-спортсменок. Біоритмологія. Класифікація біоритмів. Біологічні особливості жіночого організму. Функціональний стан і фізична працездатність жінок-спортсменок у різні фази менструального циклу.*

Лекція 10. Медико-біологічні основи спортивної підготовки юних спортсменів. *Вікова періодизація. Особливості підліткового періоду. Загальна фізична працездатність дітей і підлітків. Специфіка організації занять фізичною культурою і спортом дітей і підлітків. Особливості спортивного тренування дітей і підлітків.*

Лекція 11. Лікарсько-педагогічний контроль за юними спортсменами. *Фізичний розвиток підлітків і принципи визначення спортивної спеціалізації. Медичні групи для занять фізичною культурою. Первинне поглиблене медичне обстеження.*

Лекція 12. Характеристика спортивного травматизму. Травми кістково-м'язової системи. Засоби профілактики спортивних травм.

Гострі ушкодження м'язів. Причини розриву м'язів, заходи профілактики, перша допомога. Розрив ахілового сухожилку. Симптоми. Перша допомога при розриві ахілового сухожилку. Ушкодження колінного суглобу, над'яtkово-гомiлкового суглобу, промiнево-зап'ясного суглобу. Перелом кiсток. Симптоми. Перша допомога.

Лекція 13. Травми головного і спинного мозку. Перша допомога при різних видах травм. Загальні поняття про будову нервової системи. Черепно-мозкова травма. Симптоми. Перша допомога. Ушкодження спинного мозку. Симптоми. Перша допомога.

Лекція 14. Основи реабілітації спортсменів після захворювань і травм. Засоби відновлення спортивної працездатності. Фармакологічні та фізіотерапевтичні засоби відновлення в спорті. Принципи реабілітації при травматизації колінного суглоба.

Лекція 15. Спортивна фармакологія. Допінг. Допінговий контроль у сучасному спорті. Класифікація допінгових препаратів. Характеристика допінгових препаратів і їх побічна дія на організм. Анаболічні стероїди. Соматотропін. Еритропоетин. Хоріонічний гонадотропін. Бета2-адреноміметики. Діуретики. Багатоетапність процесу допінг-контролю.

Практичні заняття (семінари):

Заняття 6. *Тема для обговорення:* Спортивна паталогія. Передпатологічні стани, які виникають при нераціональних заняттях фізичними вправами.

Заняття 7. *Тема для обговорення:* Хронічні ураження та перенапруження опорно-рухового апарату. Специфіка спортивних травм різних видів спорту. Кінезіотейпування. Десмургія

Заняття 8. *Тема для обговорення:* 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. *Тема для обговорення:* Лікувально-педагогічне спостереження у дитячому спорті. Медичні групи.

Заняття 10. *Тема для обговорення:* Засоби відновлення спортивної працездатності. Фармакологічні препарати в спорті. Використання рослинних препаратів в спорті. Застосування допінгу в спорті.

3.2. МОДУЛЬ 2 (денна форма)

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. Протоколи TCCC. MARCH. Види кровотечі. Зупинка кровотечі.

Лекція 2. Перша медична допомога при пораненнях. Вогнепальні ушкодження. Рани та їх характеристика. Вогнепальні ушкодження. Ранова інфекція та її види. Класифікація ран. Види загоєння ран.

Лекція 3. Поранення грудної клітини, черевної порожнини, тазу. Перша медична допомога. *Пневмоторакс.*

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. *Раптова смерть у спорті. Причини раптової смерті у спорті. Заходи профілактики раптової смерті у спорті.*

Практичні заняття (семінари):

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Перша медична допомога при кровотечах. Надання медичної допомоги згідно протоколу ТССС. Оцінка стану постраждалого згідно протоколу MARSH.

Заняття 2. *Тема для обговорення:* Перша медична допомога при пораненнях.

Заняття 3. *Тема для обговорення:* Поранення грудної клітини, черевної порожнини, тазу. Перша медична допомога.

Заняття 4. *Тема для обговорення:* Перша медична допомога при травмах кінцівок. Десмургія: види пов'язок і способи їх накладання. Транспортна іммобілізація.

Заняття 5. *Тема для обговорення:* Колапс. Шок. Серцево-легенева реанімація. Алгоритм проведення штучного дихання. Алгоритм проведення непрямого масажу серця.

Модуль 2. Змістовий модуль 2. Долікарська допомога при обструкції дихальних шляхів, анафілактичному шоці, отруєнні. Профілактика інфекційних хвороб.

Лекція 6. Перша медична допомога при обструкції дихальних шляхів. *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.*

Лекція 7. Перша медична допомога при невідкладних станах серцево-судинної системи. *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.*

Лекція 8. Невідкладні стани, пов'язані з отруєнням, укусами, ураженням радіаційними, біологічними, хімічними агентами. *Перша долікарська допомога при отруєннях (угарний газ, наркотичні речовини, алкоголь). Перша долікарська допомога при укусах. Ураження людини (радіаційними/ біологічними/ хімічними агентами та речовинами) і перша допомога.*

Лекція 9. Перша долікарська допомога при алергічних реакціях. Чинники, симптоми. Анафілактичний шок.

Лекція 10. Основи інфекційних хвороб. Регідратація. Профілактика.

Практичні заняття (семінари):

Заняття 6. *Тема для обговорення:* Невідкладні стани та перша медична допомога при обструкції дихальних шляхів.

Заняття 7. *Тема для обговорення:* Основні захворювання серцево-судинної системи: невідкладні стани та перша медична допомога.

Заняття 8. *Тема для обговорення:* Перша долікарська допомога при отруєннях, укусах, радіаційному ураженні.

Заняття 9. *Тема для обговорення:* Перша долікарська допомога при алергічних реакціях.

Заняття 10. *Тема для обговорення:* Надання невідкладної допомоги при гострій кровотечі, зупинці серцевої діяльності, обструкції дихальних шляхів, колапсі, дегідратації, анафілактичному шоці.

3.3. МОДУЛЬ 1 (заочна форма)

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. *Визначення терміну спортивна медицина. Основні напрямки спортивної медицини. Головні завдання лікарсько-фізкультурної служби. Лікарсько-фізкультурний диспансер. Основні форми лікарського контролю. Медико-біологічне забезпечення та диспансеризація осіб, які займаються фізичною культурою та спортом.*

Лекція 2. *Визначення та оцінка загальної фізичної працездатності та аеробної продуктивності. Толерантність до фізичних навантажень. Основні поняття загальної і спеціальної працездатності. П'ять фаз безпосередніх реакцій організму на фізичне навантаження. Динаміка адаптаційних реакцій організму на фізичне навантаження. Проба PWC170.*

Лекція 3. *Передпатологічні та патологічні стани і захворювання при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом. Гостре і хронічне фізичне перенапруження. Причини виникнення перенапруження і перетренованості. Стан втоми, його роль в організмі. Особливості перехідного стану-перевтоми. Характеристика патологічного стану-перевтоми. Симптоми перетренованості I і II типу. Печінковий больовий синдром: причини виникнення, способи усунення. Перенапруження опорно-рухового апарату, системи виділення.*

Практичні заняття (семінари):

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Методи дослідження та оцінка фізичного розвитку, функціональних здібностей організму та стану здоров'я людини.

Заняття 2. *Тема для обговорення:* 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. *Тема для обговорення:* Визначення спеціальної працездатності і тренованості. Типи реакцій серцево-судинної системи. Основи загальної паталогії.

Змістовий модуль 2. Спортивний травматизм. Основи реабілітації.

Лекція 4. Медико-біологічні основи спортивної підготовки юних спортсменів. Лікарсько-педагогічний контроль за юними спортсменами. *Фізичний розвиток підлітків і принципи визначення спортивної спеціалізації. Медичні групи для занять фізичною культурою. Первинне поглиблене медичне обстеження.*

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. *Класифікація допінгових препаратів. Характеристика допінгових препаратів і їх побічна дія на організм. Анаболічні стероїди. Соматотропін. Еритропоетин. Хоріонічний гонадотропін. Бета2-адреноміметики. Діуретики. Багатоетапність процесу допінг-контролю.*

Практичні заняття (семінари):

Заняття 4. *Тема для обговорення:* 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. *Тема для обговорення:* 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.

3.4. МОДУЛЬ 2 (заочна форма)

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. *Протоколи TCCC. MARCH. Види кровотечі. Зупинка кровотечі.*

Лекція 2. Перша медична допомога при пораненнях. Вогнепальні ушкодження. *Рани та їх характеристика. Ранова інфекція та її види. Класифікація ран. Види загоєння ран*

Лекція 3. Термінальні стани. Реанімаційні заходи. Загальне поняття про колапс, шок. Серцево-легенева реанімація. Перша медична допомога. *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 СССР – пульсу та артеріального тиску. Основні ознаки захворювань СССР. Перша медична допомога при болю в ділянці серця. Профілактика захворювань СССР у дітей та підлітків.

Практичні заняття:

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Перша медична допомога при кровотечах. Надання медичної допомоги згідно протоколу ТССС. Оцінка стану постраждалого згідно протоколу MARCH.. Зупинка кровотечі.

Заняття 2. *Тема для обговорення:* Перша медична допомога при пораненнях. Вогнепальні ушкодження.

Заняття 3. *Тема для обговорення:* 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.

Змістовий модуль 2. Долікарська допомога при обструкції дихальних шляхів, анафілактичному шоці, отруєнні.

Лекція 4. *Перша медична допомога при обструкції дихальних шляхів. 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.*

Лекція 5. *Перша долікарська допомога при отруєннях, укусах, ураженні людини (радіаційними/ біологічними/ хімічними агентами та речовинами). Перша долікарська допомога при алергічних реакціях. Анафілактичний шок. Перша долікарська допомога при отруєннях (угарний газ, наркотичні речовини, алкоголь). Перша долікарська допомога при укусах. Ураження людини (радіаційними/ біологічними/ хімічними агентами та речовинами) і перша допомога.*

Практичні заняття:

Заняття 4. *Тема для обговорення:* Колапс. Шок. Серцево-легенева реанімація. Алгоритм проведення штучного дихання. Алгоритм проведення непрямого масажу серця.

Заняття 5. *Тема для обговорення:* Перша долікарська допомога при отруєннях (угарний газ, наркотичні речовини, алкоголь). Перша долікарська допомога при укусах. Ураження людини (радіаційними/ біологічними/ хімічними агентами та речовинами).

4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Таблиця 4

Модуль 1. Змістовий модуль 1. Основи спортивної медицини. Лікарський контроль в спортивній медицині (16 годин)

Теми лекцій	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі			
		Л	Пр(с)	інд	С/р		Л	Пр(с)	інд	С/р
Лекція 1. Сучасні уявлення про спортивну медицину. Лікарсько-педагогічний контроль	6	2			4	6	2			4
Лекція 2. Методи обстеження в спортивній медицині. Визначення та оцінювання фізичного розвитку.	6	2			4					
Лекція 3. Дослідження та оцінка функціонального стану систем організму в спортивній медицині.	6	2			4					
Лекція 4. Визначення та оцінка загальної фізичної працездатності. Визначення толерантності організму до фізичних навантажень.	6	2			4	6	2			4
Лекція 5. Зміни в організмі при виконанні фізичних навантажень. Фізіологічні зміни. Патогенетичні синдроми у спортивній медицині	6	2			4					
Лекція 6. Загальна характеристика захворюваності спортсменів	6	2			4					

Лекція 7. Передпатологічні та патологічні стани при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом. Гостре і хронічне фізичне перенапруження. Причини виникнення перенапруження і перетренованості.	6	2			4	6	2			4
Лекція 8. Невідкладні стани в практиці спортивної медицини. Перша допомога і запобігання гострим станам у спорті.	6	2			4					
Усього годин	48	16			32	18	6			12

Таблиця 5

Модуль 1. Змістовий модуль 1. Основи спортивної медицини. Лікарський контроль в спортивній медицині (10 годин)

Теми практичних занять	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі			
		Л	Пр(с)	інд	С/р		Л	Пр(с)	інд	С/р
Заняття 1. Загальна оцінка фізичного розвитку.	4		2		2	6		2		4
Заняття 2. Загальна оцінка функціонального стану основних систем організму. Функціональні проби.	4		2		2					4
Заняття 3. Лікарсько – педагогічний контроль.	4		2		2	6		2		4
Заняття 4. Визначення спеціальної працездатності і тренованості.	4		2		2	6		2		4
Заняття 5. Основи загальної паталогії.	4		2		2					
Усього годин	20		10		10	26		10		31

Таблиця 6

Модуль 1. Змістовий модуль 2. Спортивний травматизм. Основи реабілітації (14 годин).

Теми лекцій	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі			
		Л	Пр(с)	інд	С/р		Л	Пр(с)	інд	С/р
Лекція 9. Медико-біологічні основи спортивної підготовки жінок	6	2			4					
Лекція 10. Медико-біологічні основи спортивної підготовки юних спортсменів.	6	2			4	5	2			3
Лекція 11. Лікарсько-педагогічний контроль за юними спортсменами.	6	2			4					
Лекція 12. Характеристика спортивного травматизму. Травми кістково-м'язової системи. Засоби профілактики спортивних травм.	6	2			4					
Лекція 13. Травми головного і спинного мозку. Перша допомога при різних видах травм.	6	2			4					
Лекція 14. Основи реабілітації спортсменів після захворювань і травм. Засоби відновлення спортивної працездатності. Фармакологічні та фізіотерапевтичні засоби відновлення в спорті	6	2			4	5	2			3
Лекція 15. Спортивна фармакологія. Допінг. Допінговий контроль у сучасному спорті.	6	2			4					
Усього годин	42	14			28	10	4			6

Таблиця 7

Модуль 1. Змістовий модуль 2. (10 годин)

Теми практичних занять	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі			
		Л	Пр(с)	інд	С/р		Л	Пр(с)	інд	С/р
Заняття 6. Спортивна паталогія. Передпатологічні стани, які виникають при нераціональних заняттях фізичними вправами	4		2		2	6		2		4
Заняття 7. Хронічні ураження та перенапруження опорно-рухового апарату.	4		2		2					
Заняття 8. Причини виникнення та невідкладна допомога при печінково-больовому синдромі, при гравітаційному шоці під, при гіпоглікемічному стані. Способи запобігання раптової смерті під час занять фізичною культурою та спортом.	4		2		2	6		2		4
Заняття 9. Лікувально-педагогічне спостереження у дитячому спорті. Медичні групи.	4		2		2					
Заняття 10. Засоби відновлення спортивної працездатності.	4		2		2					
Усього годин	20		10		10	12		4		8

Таблиця 8

**Модуль 2. Змістовий модуль 1. Алгоритми надання медичної допомоги в умовах ведення бойових дій.
Серцево-легенева реанімація. (10 г.)**

Теми лекцій	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі			
		Л	Пр(с)	інд	С/р		Л	Пр(с)	інд	С/р
Лекція 1. Перша медична допомога при кровотечах. Загальне поняття про тактичну медицину.	6	2			4	5	2			3
Лекція 2. Перша медична допомога при пораненнях. Вогнепальні ушкодження.	6	2			4	4	2			2
Лекція 3. Поранення грудної клітини, черевної порожнини, тазу. Перша медична допомога.	6	2			4					
Лекція 4. Перша медична допомога при травмах кінцівок.	6	2			4					
Лекція 5. Термінальні стани. Реанімаційні заходи. Загальне поняття про колапс, шок. Серцево-легенева реанімація. Перша медична допомога	6	2			4	5	2			3
Усього годин	30	10			20	14	6			8

**Модуль 2. Змістовий модуль 1. Алгоритми надання медичної допомоги в умовах ведення бойових дій.
Серцево-легенева реанімація (10год).**

Теми практичних занять	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі			
		Л	Пр(с)	інд	С/р		Л	Пр(с)	інд	С/р
Заняття 1. Перша медична допомога при кровотечах.	6		2		4	8		2		6
Заняття 2. Перша медична допомога при пораненнях.	6		2		4	6		2		6
Заняття 3. Поранення грудної клітини, черевної порожнини, тазу. Перша медична допомога.	6		2		4					
Заняття 4. Поранення грудної клітини, черевної порожнини, тазу. Перша медична допомога.	6		2		4					
Заняття 5. Колапс. Шок. Серцево-легенева реанімація. Алгоритм проведення штучного дихання. Алгоритм проведення непрямого масажу серця.	6		2		4	8		2		6
Усього годин	30		10		20	22		6		18

Таблиця 10

Модуль 2. Змістовий модуль 2. Долікарська допомога при обструкції дихальних шляхів, анафілактичному шоці, отруєнні. Профілактика інфекційних хвороб. (10 г.)

Теми лекцій	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі			
		Л	Пр(с)	інд	С/р		Л	Пр(с)	інд	С/р
Лекція 6. Перша медична допомога при обструкції дихальних шляхів..	6	2			4	5	2			3
Лекція 7. Перша медична допомога при невідкладних станах серцево-судинної системи.	6	2			4					
Лекція 8. Невідкладні стани, пов'язані з отруєнням, укусами, ураженням радіаційними,	6	2			4	5	2			3
Лекція 9. Перша долікарська допомога при алергічних реакціях. Чинники, симптоми. Анафілактичний шок.	6	2			4					
Лекція 10. Основи інфекційних хвороб. Регідратація. Профілактика.	6	2			4					
Усього годин	30	10			20	10	4			6

Таблиця 11

Модуль 2. Змістовий модуль 2. Долікарська допомога при обструкції дихальних шляхів, анафілактичному шоці, отруєнні. Профілактика інфекційних хвороб (10год).

Теми практичних занять	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі			
		Л	Пр(с)	інд	С/р		Л	Пр(с)	інд	С/р
Заняття 6. Невідкладні стани та перша медична допомога при обструкції дихальних шляхів.	6		2		4					
Заняття 7. Основні захворювання серцево-судинної системи: невідкладні стани та перша медична допомога.	6		2		4					
Заняття 8. Перша долікарська допомога при отруєннях, укусах, радіаційному ураженні.	6		2		4					
Заняття 9. Перша долікарська допомога при алергічних реакціях.	6		2		4	8		2		6
Заняття 10. Надання невідкладної допомоги при гострій кровотечі, зупинці серцевої діяльності, обструкції дихальних шляхів, колапсі, дегідратації, анафілактичному шоці.	6		2		4	8		2		6
Усього годин	30		10		20	16		4		12

5. ВИМОГИ ДО САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ

Самостійна робота студентів є основним засобом засвоєння навчального матеріалу у вільний від аудиторних занять час.

Зміст самостійної роботи визначається навчальною робочою програмою дисципліни, методичними матеріалами, завданнями та вказівками викладача. Викладач визначає обсяг самостійної роботи, узгоджує її з іншими видами навчальної діяльності, розробляє методичні засоби проведення поточного, модульного та підсумкового контролю, аналізує результати самостійної роботи кожного студента.

До самостійної роботи студента належать наступні види робіт:

- 1) опрацювання матеріалу лекцій – 0,5 год. на 2 год. лекції;
- 2) підготовка до практичного заняття (семінару) – 0,5 год. на 2 год. семінару;
- 3) опрацювання тем робочої програми, які викладаються або не викладаються на лекціях – визначається обсягом тем, винесених на самостійну роботу (табл. 8);
- 4) підготовка індивідуального завдання: реферату/презентації – 6-8 годин;
- 5) підготовка до модульної контрольної роботи – 8-10 годин;
- 6) підготовка до заліку/екзамену – 10-20 годин.

Таблиця 12

Перелік тем для самостійної роботи студентів

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'язанні 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	

5.1. Індивідуальна робота

Індивідуальне завдання підлягає захисту студентом на заняттях, які призначаються додатково. Індивідуальне завдання може бути виконане у різних формах.

По-перше, студенти можуть зробити його у вигляді **реферату**.

Реферат повинен мати обсяг від 18 до 24 сторінок А4 тексту (кегель Times New Roman, шрифт 14, інтервал 1,5), включати план, структуру основної частини тексту відповідно до плану, висновки і список літератури, складений відповідно до ДСТУ 8302:2015. В рефераті можна також помістити словник базових понять до теми.

По-друге, індивідуальне завдання може бути виконане у формі **презентації** у форматі Power Point. В цьому разі обсяг роботи визначається індивідуально – залежно від теми.

Література, що рекомендується для виконання індивідуального завдання, наведена у списку рекомендованої літератури, а в електронному вигляді вона розміщена на Освітньому сайті КНУБА, на сторінці кафедри.

Також як виконання індивідуального завдання за рішенням викладача може бути зарахована участь студента у міжнародній або всеукраїнській науково-практичній конференції з публікацією у матеріалах конференції тез виступу (доповіді) на одну з тем, дотичних до змісту дисципліни, або публікація статті на одну з таких тем в інших наукових виданнях.

Текст індивідуального завдання подається викладачу не пізніше, ніж за 2 тижні до початку залікової сесії. Викладач має право вимагати від студента доопрацювання індивідуального завдання, якщо воно не відповідає встановленим вимогам. У таблиці 12 представлені теми для індивідуального завдання. У таблиці 13 наведено порядок оцінювання індивідуальної роботи студенти.

Таблиця 13

Критерії оцінювання індивідуальної роботи з дисципліни

Оцінка за національною шкалою	Кількість балів	Критерії
відмінно	10	відмінне виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (не старше 2017 року), дотримання норм доброчесності)
	9	відмінне виконання з незначною кількістю помилок виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (більшість з яких не старше 2017 року), дотримання норм доброчесності)
добре	8	виконання вище середнього рівня з кількома помилками (розкриття теми в межах об'єкту та завдань роботи, посилання та цитування сучасних наукових джерел (серед яких є такі, що не старше 2017 року), дотримання норм доброчесності)
	7	виконання з певною кількістю помилок (розкриття теми в межах об'єкту та завдань роботи, наявність посилань та цитувань наукових джерел, дотримання норм доброчесності)
задовільно	6	виконання роботи задовольняє мінімальним критеріям помилок (розкриття теми в основному в межах об'єкту роботи, наявність концептуального апарату роботи, присутність не менше 5 посилань та цитувань наукових джерел, дотримання норм доброчесності)

Критерії оцінювання презентації (відповідність роботи за обсягом, формою, якістю змісту і демонстрації матеріалу).

Методичні матеріали для самостійної роботи студентів повинні передбачати можливість проведення самоконтролю з боку студента. Для самостійної роботи студенту також рекомендують відповідну наукову та фахову монографічну і періодичну літературу, електронні ресурси, у тому числі й освітній сайт Університету.

6. КОНТРОЛЬ ЗА ЯКІСТЮ НАВЧАННЯ

6.1. Поточний контроль

Поточний контроль здійснюється на практичних заняттях. Основні форми участі студентів у навчальному процесі, що підлягають *поточному* контролю:

- виступ на практичних заняттях (відповіді на питання, доповідь);
- доповнення до виступу (відповіді), участь в обговоренні щодо виступу в якості опонента тощо;
- участь у дискусіях;
- аналіз першоджерел;
- письмові завдання (тести, схематичні зображення, конспекти, індивідуальна робота, презентації) та інші письмові роботи, оформлені відповідно до вимог. Для різних видів практики готуються звітні документи згідно спрямування практики, передбачені положенням.

Кожна тема курсу, що винесена на лекційні та практичні заняття відпрацьовується студентами у тій чи іншій формі, наведеній вище.

Обов'язкова присутність на лекційних заняттях, активність впродовж семестру, відвідування/відпрацювання усіх аудиторних занять, виконання інших видів робіт, передбачених навчальним планом з цієї дисципліни.

При оцінюванні рівня знань студентів аналізу підлягають:

1. Характеристики відповіді: цілісність, повнота, логічність, обґрунтованість, правильність;
2. Якість знань (ступінь засвоєння фактичного матеріалу): осмисленість, глибина, гнучкість, дієвість, системність, узагальненість, міцність;
3. Ступінь сформованості уміння поєднувати теорію і практику під час розгляду ситуацій, практичних завдань;
4. Рівень володіння розумовими операціями: вміння аналізувати, синтезувати, порівнювати, абстрагувати, узагальнювати, робити висновки з проблем, що розглядаються;
5. Досвід творчої діяльності: уміння виявляти проблеми, розв'язувати їх, формувати гіпотези;
6. Самостійна робота: робота з навчально-методичною, науковою, допоміжною вітчизняною та зарубіжною літературою з питань, що

розглядаються, уміння отримувати інформацію з різноманітних джерел (традиційних; спеціальних періодичних видань, ЗМІ, Internet тощо).

Тестове опитування (усне або письмове) може проводитись за одним або кількома змістовими модулями. В останньому випадку бали, які нараховуються студенту за відповіді на тестові питання, поділяються між змістовими модулями.

Результати *поточного контролю* заносяться до журналу обліку роботи. Позитивна оцінка поточної успішності студентів за відсутності пропущених та невідпрацьованих практичних занять та позитивні оцінки за індивідуальну роботу є підставою для допуску до *підсумкової* форми контролю. Бали за аудиторну роботу відпрацьовуються у разі пропусків.

6.2. Модульний контроль

Модульний контроль з дисципліни представлений у вигляді *контрольної роботи* (КР).

Вимоги до проведення контрольної роботи: *письмове завдання*. Завдання для контрольної роботи визначає викладач орієнтуючись на обсяг навчального матеріалу передбачений робочою програмою з дисципліни, яка містить лекційний матеріал, теми практичних (семінарських) занять, а також теми, рекомендовані для самостійного вивчення.

Альтернативою контрольної роботи можуть бути *відповіді на питання в усній формі* або виконання студентом *індивідуальної роботи* (табл. 8, 9), якщо студент з поважних причин, чому надає підтвердження, не зміг виконати контрольну роботу в письмовій формі. В такому випадку викладач і студент обговорюють альтернативні варіанти перевірки знань і приходять до єдиного рішення.

Методика оцінювання успішності вивчення дисципліни представлена у таблицях: розподіл балів за результатами поточного та модульного контролю (табл. 14); шкала оцінювання за підсумком семестру/навчального року (табл. 15).

Таблиця 14

Розподіл балів за результатами вивчення дисципліни

Поточне оцінювання		Інд. робота	Модульний контроль (КР)	Сума балів
1	2			
30	30	10	30	100

Орієнтовна тематика/зміст модульної контрольної роботи:

Тематика модульної контрольної роботи формується згідно тем лекцій та практичних занять відповідно до семестру (модулю 1).

6.3. Підсумковий контроль

Підсумковий контроль здійснюється під час проведення залікової та екзаменаційної сесії з урахуванням підсумків поточного та модульного контролю.

Під час підсумкового контролю враховуються результати здачі усіх видів навчальної роботи згідно зі структурою кредитів. У підсумковий контроль даної дисципліни входить: модульна контрольна робота, залік, курсова робота, екзамен.

Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою (табл. 15). Роз'яснення щодо оцінювання якості та повноти засвоєння теоретичного та/або практичного матеріалу представлено у таблиці 16.

Таблиця 15

Шкала оцінювання для залікових/екзаменаційних вимог за національною системою та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, практики	Для заліку
90-100	A	Відмінно	Зараховано
82-89	B	Добре	
74-81	C	Задовільно	
64-73	D		
60-63	E		
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання	Не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	Не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Таблиця 16

Шкала оцінювання якості знань, умінь, навичок, що засвоєні магістром при проходженні курсу

Оцінка	Кількість балів
ВІДМІННО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)	90-100
ДУЖЕ ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу майже в повному обсязі/ зі значною кількістю несуттєвих помилок (3-4) (вище середнього рівня)	82-89
ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ незначна кількість (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)	74-81
ЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ значна кількість (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівня)	60-73
НЕЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу є недостатнім і не задовольняє мінімальні вимоги за результатами навчання. З можливістю повторного складання модулю (низький рівень)	0-59

6.3.1. Перелік питань для підсумкового контролю (залік):

1. Предмет і завдання курсу “Спортивна медицина”.
2. Методи обстеження в спортивній медицині.
3. Лікарсько-педагогічний контроль: оцінка умов, організації та методики проведення тренувальних занять
4. Лікарсько-педагогічний контроль: визначення впливу тренувальних занять на організм
5. Визначення та оцінювання фізичного розвитку.
6. Дослідження та оцінка функціонального стану систем організму в спортивній медицині.
7. Загальна оцінка функціонального стану серцево-судинної системи організму. Функціональні проби.
8. Загальна оцінка функціонального стану дихальної системи організму. Функціональні проби.
9. Визначення та оцінка загальної фізичної працездатності.
10. Визначення спеціальної працездатності і тренуваності. Типи реакцій серцево-судинної системи.
11. Визначення толерантності організму до фізичних навантажень.
12. Фізіологічні зміни в організмі при виконанні фізичних навантажень.
13. Патогенетичні синдроми у спортивній медицині.
14. Загальна характеристика захворюваності спортсменів.
15. Захворювання і пошкодження органів серцево-судинної системи при заняттях спортом.
16. Захворювання і пошкодження органів системи дихання при заняттях спортом.
17. Хронічні ураження та перенапруження опорно-рухового апарату.
18. Специфіка спортивних травм різних видів спорту.
19. Передпатологічні стани при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом.
20. Патологічні стани при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом.
21. Гостре і хронічне фізичне перенапруження. Причини виникнення перенапруження.
22. Перетренованість. Причини виникнення перетренованості.
23. Невідкладні стани в практиці спортивної медицини. Перша допомога і запобігання гострим станам у спорті.
24. Причини виникнення та невідкладна допомога при печінково-больовому синдромі під час занять фізичною культурою та спортом.
25. Причини виникнення та невідкладна допомога при гіпоглікемічному стані під час занять фізичною культурою та спортом.
26. Причини виникнення, патофізіологічні механізми та способи запобігання раптової смерті під час занять фізичною культурою та спортом.

27. Медико-біологічні основи спортивної підготовки жінок.
28. Медико-біологічні основи спортивної підготовки юних спортсменів.
29. Лікарсько-педагогічний контроль за юними спортсменами. Медичні групи.
30. Вплив системних занять спортом на здоров'я дівчат-підлітків.
31. Характеристика спортивного травматизму.
32. Травми кістково-м'язової системи.
33. Засоби профілактики спортивних травм.
34. Перша допомога при різних видах травм.
35. Травми головного мозку. Перша допомога при різних видах травм.
36. Травми спинного мозку. Перша допомога при різних видах травм.
37. Основи реабілітації спортсменів після захворювань і травм.
38. Засоби відновлення спортивної працездатності.
39. Фармакологічні засоби відновлення в спорті.
40. Фізіотерапевтичні засоби відновлення в спорті.
41. Спортивна фармакологія.
42. Допінговий контроль у сучасному спорті.

6.3.2. Орієнтовний перелік питань для підсумкового контролю (екзамен):

1. Предмет і завдання курсу “Спортивна медицина”. Методи обстеження в спортивній медицині.
2. Лікарсько-педагогічний контроль: оцінка умов, організації та методики проведення тренувальних занять
3. Лікарсько-педагогічний контроль: визначення впливу тренувальних занять на організм
4. Визначення та оцінювання фізичного розвитку.
5. Дослідження та оцінка функціонального стану систем організму в спортивній медицині.
 1. Загальна оцінка функціонального стану серцево-судинної системи організму. Функціональні проби.
 2. Загальна оцінка функціонального стану дихальної системи організму. Функціональні проби.
 3. Визначення та оцінка загальної фізичної працездатності.
 4. Визначення спеціальної працездатності і тренуваності. Типи реакцій серцево-судинної системи.
 5. Визначення толерантності організму до фізичних навантажень.
 6. Фізіологічні зміни в організмі при виконанні фізичних навантажень.
 7. Патогенетичні синдроми у спортивній медицині.
 8. Загальна характеристика захворюваності спортсменів.
 9. Захворювання і пошкодження органів серцево-судинної системи при заняттях спортом.
 10. Захворювання і пошкодження органів системи дихання при заняттях

- спортом.
11. Хронічні ураження та перенапруження опорно-рухового апарату.
 12. Специфіка спортивних травм різних видів спорту.
 13. Передпатологічні стани при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом.
 14. Патологічні стани при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом.
 15. Гостре і хронічне фізичне перенапруження. Причини виникнення перенапруження.
 16. Перетренованість. Причини виникнення перетренованості.
 17. Невідкладні стани в практиці спортивної медицини. Перша допомога і запобігання гострим станам у спорті.
 24. Причини виникнення та невідкладна допомога при печінково-больовому синдромі під час занять фізичною культурою та спортом.
 25. Причини виникнення та невідкладна допомога при гіпоглікемічному стані під час занять фізичною культурою та спортом.
 26. Причини виникнення, патофізіологічні механізми та способи запобігання раптової смерті під час занять фізичною культурою та спортом.
 27. Медико-біологічні основи спортивної підготовки жінок.
 28. Медико-біологічні основи спортивної підготовки юних спортсменів.
 29. Лікарсько-педагогічний контроль за юними спортсменами. Медичні групи.
 30. Вплив системних занять спортом на здоров'я дівчат-підлітків.
 31. Характеристика спортивного травматизму.
 32. Травми кістково-м'язової системи.
 33. Засоби профілактики спортивних травм.
 34. Перша допомога при різних видах травм.
 35. Травми головного мозку. Перша допомога при різних видах травм.
 36. Травми спинного мозку. Перша допомога при різних видах травм.
 37. Основи реабілітації спортсменів після захворювань і травм.
 38. Засоби відновлення спортивної працездатності.
 39. Фармакологічні засоби відновлення в спорті.
 40. Допінг. Класифікація препаратів. Пагубний вплив допінгу на організм спортсмена на прикладі анаболічних стероїдів, соматотропіна. Анаболічні стероїди, соматотропін, еритропоетин, хоріонічний гонадотропін, діуретики, бета2-агоністи. Пояснити чому дані препарати використовують як допінг.
 41. Надання медичної допомоги згідно протоколу ТССС. Оцінка стану постраждалого згідно протоколу MARSH.
 42. Види кровотечі. Зупинка кровотечі.
 43. Перша медична допомога при кровотечах.
 44. Рани та їх характеристика. Перша медична допомога при пораненнях.
 45. Вогнепальні ушкодження. Ранова інфекція та її види. Класифікація ран. Види загоєння ран. Перша медична допомога при пораненнях.

46. Поранення грудної клітини. Перша медична допомога.
47. Поранення черевної порожнини. Перша медична допомога.
48. Перша медична допомога при травмах кінцівок. Поняття про забиття, розтягнення і розриви зв'язок. Вивихи та їх симптоми.
49. Синдром тривалого здавлювання. Перша допомога.
50. Переломи кісток: види, ознаки, надання першої допомоги. Транспортна іммобілізація.
51. Колапс. Шок. Серцево-легенева реанімація.
52. Серцево-легенева реанімація.
53. Алгоритм проведення штучного дихання.
54. Алгоритм проведення непрямого масажу серця.
55. Основні захворювання дихальної системи: невідкладні стани та перша медична допомога при обструкції дихальних шляхів.
56. Критерії оцінювання функціонального стану ССС – пульсу та артеріального тиску. Основні ознаки захворювань ССС.
57. Перша долікарська допомога при отруєннях угарним газом.
58. Перша медична допомога при отруєннях алкоголем.
59. Долікарська допомога при укусах.
60. Перша долікарська допомога при алергічних реакціях. Чинники, симптоми.
61. Анафілактичний шок. Симптоми.

6.4. Умови допуску до підсумкового контролю

Здобувачу, який має підсумкову оцінку за дисципліну від 35 до 59 балів, призначається додаткова залікова сесія. В цьому разі він повинен виконати додаткові завдання, визначені викладачем.

Здобувач, який не виконав вимог робочої програми по змістових модулях, не допускається до складання підсумкового контролю. В цьому разі він повинен виконати визначене викладачем додаткове завдання по змісту відповідних змістових модулів в період між основною та додатковою сесіями.

Здобувач має право на опротестування результатів контролю (апеляцію). Правила подання та розгляду апеляції визначені внутрішніми документами КНУБА, які розміщені на сайті КНУБА та зміст яких доводиться Здобувачам до початку вивчення дисципліни.

ЛІТЕРАТУРА

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., Глушенко 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. Смирнової – 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. Заболевания и повреждения при занятиях спортом. / Под ред. А.Г. Дембо. 3-е изд., перераб. и доп. - Л.: Медицина, 1991 - 336 с.
3. Миллер Л. Спортивная медицина. Учебное пособие. – Киев: Человек, 2015. – 184 с.
4. 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.
5. Спортивна медицина: підруч. для студ. закл. вищої освіти фіз. виховання і спорту / Л. Я.-Г. Шахліна, Б. Г. Коган, Т. О. Терещенко та ін.; за ред. Л. Я.-Г. Шахліної. - К.: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп, л-ра», 2018. - 424 с.
6. Спортивна медицина і фізична реабілітація / В.А.Шаповалова, В.М.Коршак, В.М.Халтагарова та ін.- К.:Медицина,2008.- 248 с
7. 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

8. 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.

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.nbuv.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».

Навчально-методичне видання

**СПОРТИВНА МЕДИЦИНА З ОСНОВАМИ
ДОЛІКАРСЬКОЇ ДОПОМОГИ У НЕВІДКЛАДНИХ
СТАНАХ**

Методичні вказівки
для студентів
спеціальності 017 "Фізична культура і спорт"
освітнього рівня бакалавр

Укладачі: Кульбака Валентина Василівна, Баканичев Олександр
Вікторович

Комп'ютерне верстання