



Донбаська державна машинобудівна академія

**Силабус навчальної дисципліни**

«Діагностика і моніторинг стану здоров'я спортсменів»

на 2023 / 2024 навчальний рік

Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
ОПП (ОНП)	Фізична культура і спорт
Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
Форма навчання	денна
Семестр, в якому викладається дисципліна	4б, 8б
Статус дисципліни	вибіркова
Обсяг дисципліни	150 годин (5 кредита ЕКТС)
Мова викладання	українська
Оригінальність навчальної дисципліни	Авторський курс
Факультет	Інтегрованих технологій і обладнання
Кафедра	Фізичного виховання і спорту
Розробник	Черненко С. О.
Викладач, який забезпечує проведення лекційних занять	Черненко С. О.
Викладач, який забезпечує проведення практичних/ лабораторних занять	Черненко С. О.
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія теоретичного навчання, проектор
Лінк на дисципліну	<a href="http://moodle-new.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=2279">http://moodle-new.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=2279</a>

Кількість годин	Лекції	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота	Вид підсумкового контролю
150	32/36	32/36		86/78	Залік

<b>Що буде вивчатися (предмет навчання)</b>	Предметом вивчення навчальної дисципліни Діагностика і моніторинг стану здоров'я спортсменів є основні методи дослідження впливу фізичних навантажень на функціональний стан організму людини з урахуванням вікових, статевих особливостей, а також ступеня фізичної активності, рівня фізичного стану та здоров'я.
<b>Чому це цікаво/потрібно вивчати (мета)</b>	Метою вивчення навчальної дисципліни «Діагностика і моніторинг стану здоров'я спортсменів» забезпечити здобувачів освіти теоретичними знаннями методів вивчення і оцінки функціонального стану осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.
<b>Чому можна навчитися (результати навчання)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення;</li> <li>- засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег;</li> <li>- застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом;</li> <li>- оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати й реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати й проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.</li> <li>- визначати функціональний стан організму людини й обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.</li> </ul>
<b>Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)</b>	<p><i>Загальні компетентності (ЗК):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями;</li> <li>- здатність працювати в команді;</li> <li>- здатність планувати та управляти часом;</li> <li>- навички міжособистісної взаємодії;</li> <li>- здатність бути критичним і самокритичним;</li> <li>- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</li> </ul> <p><i>Фахові компетентності спеціальності (ФКС):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості;</li> <li>- здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя;</li> <li>- здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар;</li> <li>- здатність до безперервного професійного розвитку.</li> </ul>
<b>Навчальна логістика</b>	<p>Зміст дисципліни:</p> <p><i>Змістовний Модуль 1. Моніторинг функціонального стану основних систем організму за умов фізичних навантажень різної потужності</i></p> <p>Тема 1. Методи вивчення функціонального стану серцево-судинної системи при м'язовій діяльності.</p> <p>Вплив спортивних тренувань на серце. Серце в різних видах спорту, адаптація серцево-судинної системи у юних спортсменів. Зміна параметрів кровозабезпечення організму в умовах фізичних навантажень. Лімітуючи роль ССС в транспорті кисню при фізичних навантаженнях.</p> <p>Тема 2. Методи вивчення система дихання при роботі різної потужності та характеру.</p> <p>Традиційні методи визначення показників системи зовнішнього дихання. Розрахункові методи визначення показників системи зовнішнього дихання</p> <p>Тема 3. Оцінка нервово-м'язової адаптація до фізичних навантажень.</p> <p>Основні системи регуляції обміну речовин. Адаптація нервово-м'язової системи до аеробних навантажень. Методи оцінки функціонального стану нервово-м'язового апарату. Методи функціональної діагностики вищої нервової діяльності.</p> <p>Тема 4. Визначення критеріїв адекватності фізичних навантажень за</p>

	<p>показниками основних функціональних систем організму.</p> <p>Шляхи оздоровлення дітей. Критерії оцінки рівня фізичної підготовленості школярів (за В. І. Бобрицькою, 2000).</p> <p><i>Змістовний модуль 2 Моніторинг, лікарсько-педагогічний контроль у спорті</i></p> <p>Тема 2.1 Первинне та щорічні поглиблені медичні обстеження. Принципи організації первинного та щорічних поглиблених медичних обстежень. Принципи оцінки стану здоров'я у практиці спортивної медицини. Основні захворювання та патологічні стани, є протипоказанням до занять спортом. Традиційні принципи оцінки фізичного розвитку.</p> <p>Тема 2.2 Етапний лікарсько-педагогічний контроль за представниками різних спортивних спеціалізацій.</p> <p>Принципи організації етапного контролю. Особливості дослідження функціональних можливостей центральної нервової системи, нервово-м'язового апарату, вестибулярного та зорового аналізатора, кардіореспіраторної системи, дихання.</p> <p>Тема 2.3 Поточний та терміновий лікарсько-педагогічний контроль за представниками різних спортивних спеціалізацій.</p> <p>Принципи організації поточного контролю. Принципи організації термінового контролю. Показники поточного та термінового функціонального стану центральної нервової системи, вегетативної нервової системи, нервово-м'язового апарату, аналізаторів, серцево-судинної системи, біохімічного складу крові.</p> <p><i>Змістовний Модуль 3 Особливості лікарсько-педагогічного контролю за юними спортсменами</i></p> <p>Тема 3.1 Патологічна спадкова схильність та високий ризик прихованої патології.</p> <p>Малі аномалії розвитку у дітей та підлітків. Аномалії розвитку хребта. Крипторхізм у дітей та підлітків чоловічої статі. Захворювання опорно-рухового апарату, типові для дитячого та юнацького віку.</p> <p>Тема 3.2 Принципи оцінки рівня фізичного розвитку та статевого дозрівання у дітей та підлітків.</p> <p>Оцінка рівня фізичного розвитку. Соматотипування дітей та підлітків. Принципи оцінки ступеня статевого дозрівання дітей та підлітків.</p> <p>Тема 3.3 Принципи оцінки функціонального стану кардіореспіраторної системи та оцінки загальної фізичної працездатності у дітей та підлітків</p> <p>Методика проведення та принципи оцінки функціональних проб з фізичним навантаженням у дітей та підлітків. Оцінка загальної фізичної працездатності у дітей та підлітків. Особливості організації занять фізичною культурою та спортом у дитячому та підлітковому віці. Терміни допуску до занять фізичною культурою та спортом дітей та підлітків та вікові етапи спортивної підготовки.</p> <p><i>Змістовний Модуль 4 Моніторинг оздоровчої фізичної культури. Організація допінг контролю у спорті.</i></p> <p>Тема 4.1 Медичне забезпечення оздоровчої фізичної культури. Комплекс медичних обстежень при допуску до занять оздоровчою фізичною культурою. Принципи визначення рівня фізичного стану осіб, що займаються фізичною культурою, Методи експрес-оцінки рівня фізичного стану. Рухові режими в системі оздоровчої фізичної культури. Кількість та зміст фізичних вправ для розвитку та підтримання фізичного стану.</p> <p>Тема 4.2 Принципи організації антидопінгового контролю</p> <p>Історія допінга. Загальні положення. Додаткові положення про організацію антидопінгового контролю. Допінг контроль під час змагання. Основні види ускладнень після тривалого застосування спортсменами анаболічних стероїдів.</p>
--	---

	<p>Види занять: Лекційні, семінарські.</p> <p>Методи навчання: З словесних методів навчання в процесі викладення дисципліни використовуються: пояснення, розповідь, бесіда, аналіз, навчальна дискусія. Наочні методи: ілюстрування, спостереження, демонстрування (у тому числі відеозаписів з використанням мультимедійного обладнання).</p>
<b>Пререквізити</b>	<p>Вивчення курсу Діагностика і моніторинг стану здоров'я спортсменів пов'язано та базується на знаннях дисциплін: Анатомія людини з основами спортивної морфології, Фізіологія людини та рухової активності, Біохімія і біохімічні основи спортивного тренування, Спортивна медицина, Теорії і методики викладання обраного виду спорту.</p>
<b>Постреквізити</b>	<p>Передбачає можливість використання отриманих знань у процесі вивчення освітніх компонентів, таких як: Основи теорії здоров'я та здорового способу життя, Виробнича практика за профілем майбутньої роботи, Основи загального і спортивного масажу, Підвищення спортивної майстерності з обраного виду спорту.</p>
<b>Політика курсу</b>	<p>Курс передбачає індивідуальну та групову роботу.</p> <p>Усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін.</p> <p>Якщо здобувач відсутній з поважної причини, він/вона презентує виконані завдання під час консультації викладача.</p> <p>Під час роботи над індивідуальними завданнями не допустимо порушення академічної доброчесності.</p>
<b>Оцінювання досягнень</b>	<p>При визначенні загальної оцінки враховуються результати поточного контролю з практичних занять, які відбулися в період, а також результати захисту індивідуальних завдань та самостійної роботи.</p> <p>Іспит/Залік за системою ЕКТС отримують здобувачі, які виконали всі види робіт і набрали не менше 55 зі 100 балів за результатами навчання.</p> <p><b>55-100 балів</b> - виставляється, якщо здобувач виявив певні знання основного програмного матеріалу в обсязі, що необхідний для подальшого навчання і роботи, у цілому впорався з поставленим завданням, припустився незначних помилок в арифметичних розрахунках, демонстрував здатність упоратися з виконанням завдань, передбачених програмою на рівні репродуктивного відтворення.</p> <p><b>0-54 балів – «Не зараховано»</b> - виставляється, якщо здобувач виявив серйозні прогалини в знаннях основного матеріалу, зробив принципові помилки, не зміг розв'язати типові задачі, провести розрахунки тощо.</p>
<b>Академічна доброчесність</b>	<p>Академічна доброчесність включає в себе сукупність духовних цінностей, таких як чесність, справедливість, довіра, повага і відповідальність, яких повинні дотримуватися усі учасники освітнього процесу.</p> <p>Дотримання академічної доброчесності здобувачами передбачає:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостійне виконання навчальних завдань: поточного та підсумкового контролю результатів навчання;</li> <li>- посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;</li> <li>- дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права;</li> <li>- надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації.</li> </ul> <p>Порушенням академічної доброчесності учасниками науково-освітнього процесу вважається: академічний плагіат, академічне шахрайство, фальсифікація результатів досліджень, посилення у власних публікаціях, будь-яких інших даних, у тому числі статистичних, що стосуються освітнього процесу та наукових досліджень; надання завідомо неправдивої інформації стосовно власної освітньої (наукової) діяльності чи організації освітнього процесу; використання без</p>

	відповідного дозволу зовнішніх джерел інформації під час оцінювання результатів навчання; хабарництво; конфлікт інтересів; подарунок.
<b>Інформаційне забезпечення</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основна література:</li> <li>2. Амосов Н.В., Бендет Я.И. Физическая активность и сердце. – К.: Здоровья, 1989. – 216 с.</li> <li>3. Богдановська Н.В., Діагностика і моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів / М.В. Маліков, І.В. Кальонова. – Запоріжжя: ЗНУ, 2015. – 264 с</li> <li>4. Виноградов В.Є. Стимуляція працездатності і відновлювальних реакцій в системі тренувальних впливів в підготовці кваліфікованих спортсменів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.01 "Олімп. і проф. спорт". Київ, 2010. 46 с.</li> <li>5. Галица В.И., Горлов А.С., Качанов П.А. Интерактивная система экспресс диагностики в подготовки спортсменов. Теория і практика фізичного виховання, 2012. С. 409-415</li> <li>6. Дж.Х.Уилмор Физиология спорта и двигательной активности. – К.:Олимпийська література, 1997. – 503 с.</li> <li>7. Дикий Б.В., Добра П.П. Методи об'єктивної оцінки ефективності реабілітаційних заходів при проведенні ЛФК: Методичні рекомендації. – Ужгород, 2013. – 55 с.</li> <li>8. Колчина Е.Ю. Патогенетические механизмы дезадаптации центральной и периферической гемодинамики при физической нагрузке и методы их коррекции у лиц молодого возраста: дис. ... док. биол. наук : 14.03.03 / Колчина Елена Юрьевна. – Луганск, 2021. – 328 с.</li> <li>9. Комплексне тестування рухових здібностей людини. ра ред. Сергієнко Л. П. – Миколаїв: УДМТУ, 2001. – 24 с.</li> <li>10. Комплексне тестування рухових здібностей людини. ра ред. Сергієнко Л. П. – Миколаїв: УДМТУ, 2001. – 24 с.</li> <li>11. Москаленко Н., Луковська О., Мірошніченко А. Критерії оцінки резервних можливостей зовнішнього дихання у спортсменів за даними комп'ютерної спірографії. Спортивний вісник Придніпров'я, 2007, №1, С. 138-141.</li> <li>12. Ровний А.С., Ільїн В.І., Лізогуб В.С., Ровная О.О. Фізіологія спортивної діяльності. Підручник. Харків: видавництво ХНАДУ. 555 с.</li> <li>13. Сисоєнко Н.В. Практикум з вікової фізіології та валеології: Навчально-методичний посібник для студентів педагогічних спеціальностей / Н.В. Сисоєнко., Г. В. Матасова., Л. В. Пакушина – Черкаси: вид.від. ЧНУ ім. Б.Хмельницького, 2007. – 116 с.</li> <li>14. Функціональні проби серцево-судинної системи в дитячій кардіології: метод. вказ. для студентів та лікарів-інтернів / упор. Г.С. Сенаторова, М.О. Гончарь, І.О. Саніна, О.Л. Онікієнко, О.І. Страшок. – Харків: ХНМУ, 2014. – 32с.</li> <li>15. Язловецький В. С. Основи діагноститки функціонального стану та здоров'я / Язловецький В. С. – Кіровоград : [б. в.], 2003. – 50 с.</li> <li>16. Adaptation and cognitive testing of physical activity measures for use with young, school-aged children and their parents//Leary J. M., Ice C., Cottrell L./Qual Life Res. – 2012 Dec; № 21(10). –P. 1815–1828. doi: 10.1007/s11136–011–0095–1. Epub 2011 Dec 27.</li> <li>17. Mitchell J., Haskell WL, Raven PB Classification of Sports // J. Am. Coll. Cardiol . –1994. –N. 24. –P. 864 – 866.</li> <li>18. Viacheslav Miroshnichenko, Svitlana Salnykova, Viktoriia Bohuslavska, Maryan Pityn, Yuriy Furman, Volodymyr Iakovliv, Zoryana Semeryak. Enhancement of physical health in girls of 17 – 19 years by adoption of physical loads taking their somatotype into account. Journal of Physical Education and Sport ® (JPES), Vol 19 (Supplement issue 2), Art 58, pp 387 – 392, 2019.</li> </ol>

Розробник:  
Доцент  
кафедри ФВіС  
\_\_\_\_\_ / С. О. Черненко/  
«  » \_\_\_\_\_ 2023 р.

Розглянуто і схвалено  
на засіданні кафедри ФВіС  
Протокол № 17 від 24.10.2023 р.  
В. о. зав. кафедри ФВіС  
\_\_\_\_\_ / С. О. Черненко/  
«  » \_\_\_\_\_ 2023 р.

Гарант освітньої програми:  
Доцент кафедри ФВіС,  
к.н.ф.в.с.  
\_\_\_\_\_ / С. О. Черненко/  
«  » \_\_\_\_\_ 2023 р.

Затверджую:  
Декан факультету інтегрованих  
технологій і обладнання  
\_\_\_\_\_ / О. Г. Гринь /  
«  » \_\_\_\_\_ 2023 р.

