

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ДОНБАСЬКА ДЕРЖАВНА МАШИНОБУДІВНА АКАДЕМІЯ**

Кафедра фізичного виховання і спорту

**«Спортивна медицина»**

**Методичні матеріали до практичних занять з дисципліни**

галузь знань А Освіта  
спеціальність А7 Фізична культура і спорт  
ОПП «Фізична культура і спорт»  
Освітній рівень перший (бакалаврський)  
Вид дисципліни вибіркова  
Факультет інтегрованих технологій і обладнання

Розробник: Черненко С. О. канд. наук. фізич. вихов. і спорту, доцент  
кафедри фізичного виховання і спорту

Розглянуто і схвалено на засідання кафедри фізичного виховання і спорту.  
Протокол № 17 від 06.05.2025 р.

Краматорськ-Тернопіль  
2025 р.

## **Змістовий модуль 1. Лікарський контроль в спортивній медицині.**

Загальні уявлення про спортивну медицину. Історія розвитку спортивної медицини. Визначення фізичного розвитку. Визначення і оцінка функціонального стану основних систем організму за допомогою функціональних проб. Визначення та оцінка загальної фізичної працездатності. Лікарсько-педагогічний контроль в процесі занять фізичною культурою і спортом. Медичне забезпечення спортивних змагань і спортивно масових-заходів. Медичне забезпечення спортивних зборів.

## **Змістовий модуль 2. Спортивна патологія та основи медичної реабілітації.**

Фізіологічні зміни при виконанні фізичних навантажень. Патогенетичні синдроми у спортивній медицині. Предпатологічні стани й захворювання під час занять фізичною культурою і спортом. Поняття про медичну реабілітацію. Адаптаційна фізіотерапія. Основи адаптаційного гомеостатичного харчування. Основи медичної реабілітації патогенетичних синдромів. Медична реабілітація типових клінічних синдромів у спорті. Медична реабілітація спортивних травм.

### **Рекомендована література**

1. Маленюк Т.В. Основи адаптації у спорті. Навчальний посібник / Т.В. Маленюк. – Кіровоград: КОД, 2016. – 120 с.
2. Мурза В.П. Спортивна медицина. Навч. посіб. Для вищих навчальних закладів – К.: Університет «Україна», 2011. – 249 с.
3. Осіпов В.М. Спортивна медицина: навчальний посібник (для студентів напрямів підготовки. 2013. – 215 с.
4. Спортивна медицина. Підручник для студ. закл. вищої освіти фіз. виховання і спорту за ред. Л. Я. Шахліної. Вид-во: Олімпійська література, 2019. – 424 с.
5. Спортивна медицина: Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М. Сокрута. – Донецьк: «Каштан», 2013. – 472 с.
6. Спортивна медицина. Практичні рекомендації (за редакцією Р. Джексона) – Київ. Олімпійська література, 2003. - 383 с.
7. Спортивна фізіологія. Учебно-методичний посібник для студентів 3 і 4 курсів відділення спорту вищих досягнень. / Євгенєва Л.Я., Земцова І.І., Бринзак В.П. – К. 2016. – 34 с.
8. Хорошуха М.Ф., Приймаков О.О. Спортивна медицина: Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. – К.: Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2019. – 309 с.

### *Додаткова:*

1. Апанасенко Г.Л. Індивідуальне здоров'я: теорія та практика. Введення в теорію індивідуального здоров'я. - К.: Медкнига, 2015. - 108 с.
2. Маліков М.В., Сватєєв А.В., Богдановська Н.В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів – Запоріжжя: ЗДУ, 2015. – 227 с.
3. Плахтій П.Д. Вікова фізіологія і валеологія: [навч. посібник]/–

Кам'янець-Подільський, 2010. – 308 с.

4. Спортивна медицина і фізична реабілітація: навчальний посібник (ВНЗ IV р. а.) / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова та ін.: Київ. Медицина. 2008. – 248 с.

5. Спортивна метрологія: навч. посібник /уклад.: Г.В. Безверхня, Цибульська В.В. – Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. – 195 с.

### **Електронні ресурси з дисципліни**

1. <http://kaf-fis-reab.dsmu.edu.ua/wp-content/uploads/2015/02/contents.pdf>
2. <https://dspace.bdpu.org/bitstream/123456789/301/1/Osipov%20V.M.%20Sportyvna%20medytsyna.pdf>