



Донбаська державна машинобудівна академія

Силабус навчальної дисципліни

«Діагностика і моніторинг стану здоров'я спортсменів»

на 2025 / 2026 навчальний рік

Галузь знань	А Освіта
Спеціальність	А7 Фізична культура і спорт
ОПП	Фізична культура і спорт
Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
Форма навчання	денна
Семестр, в якому викладається дисципліна	86, 46
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. канд.наук з фіз. вих. і спорту доцент кафедри фізичного виховання і спорту
Викладач, який забезпечує проведення лекційних занять	Черненко С. О. канд.наук з фіз. вих. і спорту доцент кафедри фізичного виховання і спорту
Викладач, який забезпечує проведення практичних/лабораторних занять	Черненко С. О. канд.наук з фіз. вих. і спорту доцент кафедри фізичного виховання і спорту
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія теоретичного навчання, проектор
Лінк на дисципліну	http://moodle-new.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=2279

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

Що буде вивчатися (предмет навчання)	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.
Чому це цікаво/потрібно вивчати (мета)	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.
Чому можна навчитися (результати навчання)	- показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення; - засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег; - застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом; - оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати й реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати й проводити фізкультурно-оздоровчі заходи. - визначати функціональний стан організму людини й обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.
Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)	<i>Загальні компетентності (ЗК):</i> - здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями; - здатність працювати в команді; - здатність планувати та управляти часом; - навички міжособистісної взаємодії; - здатність бути критичним і самокритичним; - здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. <i>Фахові компетентності спеціальності (ФКС):</i> - здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості; - здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя; - здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар; - здатність до безперервного професійного розвитку.
Навчальна логістика	Зміст дисципліни: <i>Змістовний Модуль 1. Моніторинг функціонального стану основних систем організму за умов фізичних навантажень різної потужності</i> Тема 1. Методи вивчення функціонального стану серцево-судинної системи при м'язовій діяльності. 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. Лімітуючі роль ССС в транспорті кисню при фізичних навантаженнях. Тема 2. Методи вивчення система дихання при роботі різної потужності та характеру. Традиційні методи визначення показників системи зовнішнього дихання. Розрахункові методи визначення показників системи зовнішнього дихання Тема 3. Оцінка нервово-м'язової адаптація до фізичних навантажень. 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. Тема 4. Визначення критеріїв адекватності фізичних навантажень за

	показниками основних функціональних систем організму. Шляхи оздоровлення дітей. Критерії оцінки рівня фізичної підготовленості школярів (за В. І. Бобрицькою, 2000). <i>Змістовний модуль 2 Моніторинг, лікарсько-педагогічний контроль у спорті</i> 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. Тема 2.2 Етапний лікарсько-педагогічний контроль за представниками різних спортивних спеціалізацій. Принципи організації етапного контролю. Особливості дослідження функціональних можливостей центральної нервової системи, нервово-м'язового апарату, вестибулярного та зорового аналізатора, кардіореспіраторної системи, дихання. Тема 2.3 Поточний та терміновий лікарсько-педагогічний контроль за представниками різних спортивних спеціалізацій. 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. <i>Змістовний Модуль 3 Особливості лікарсько-педагогічного контролю за юними спортсменами</i> Тема 3.1 Патологічна спадкова схильність та високий ризик прихованої патології. 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. Тема 3.2 Принципи оцінки рівня фізичного розвитку та статевого дозрівання у дітей та підлітків. Оцінка рівня фізичного розвитку. Соматотипування дітей та підлітків. Принципи оцінки ступеня статевого дозрівання дітей та підлітків. Тема 3.3 Принципи оцінки функціонального стану кардіореспіраторної системи та оцінки загальної фізичної працездатності у дітей та підлітків 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. <i>Змістовний Модуль 4 Моніторинг оздоровчої фізичної культури. Організація допінг контролю у спорті.</i> 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. Тема 4.2 Принципи організації антидопінгового контролю Історія допінгу. Загальні положення. Додаткові положення про організацію антидопінгового контролю. Допінг контроль під час змагання. Основні види ускладнень після тривалого застосування спортсменами анаболічних стероїдів.
--	---

	Види занять: Лекційні, семінарські. 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).
Пререквізити	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.
Постреквізити	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.
Політика курсу	Курс передбачає індивідуальну та групову роботу. Усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін. Якщо здобувач відсутній з поважної причини, він/вона презентує виконані завдання під час консультації викладача. Під час роботи над індивідуальними завданнями не допустимо порушення академічної доброчесності.
Оцінювання досягнень	При визначенні загальної оцінки враховуються результати поточного контролю з практичних занять, які відбулися в період, а також результати захисту індивідуальних завдань та самостійної роботи. Іспит/Залік за системою ЕКТС отримують здобувачі, які виконали всі види робіт і набрали не менше 55 зі 100 балів за результатами навчання. 55-100 балів - 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. 0-54 балів – «Не зараховано» - виставляється, якщо здобувач виявив серйозні прогалини в знаннях основного матеріалу, зробив принципові помилки, не зміг розв'язати типові задачі, провести розрахунки тощо.
Академічна доброчесність	Академічна доброчесність включає в себе сукупність духовних цінностей, таких як чесність, справедливість, довіра, повага і відповідальність, яких повинні дотримуватися усі учасники освітнього процесу. Дотримання академічної доброчесності здобувачами передбачає: - самостійне виконання навчальних завдань: поточного та підсумкового контролю результатів навчання; - посилання на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей; - дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права; - надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації. Порушенням академічної доброчесності учасниками науково-освітнього процесу вважається: академічний плагіат, академічне шахрайство, фальсифікація результатів досліджень, посилань 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 відповідного дозволу зовнішніх джерел інформації під час оцінювання

	результатів навчання; хабарництво; конфлікт інтересів; подарунок.
Інформаційне забезпечення	<i>Основна література:</i> 1. Амосов Н.В., Бендет Я.І. Фізична активність та серце. - К.: Здоров'я, 1989. - 216 с. 2. Богдановська Н.В., Діагностика та моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів – Запоріжжя: ЗНУ, 2015. – 264 с 3. Виноградов В.Є. Стимуляція працездатності та відновлювальних реакцій у системі тренувальних впливів у підготовці кваліфікованих спортсменів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. наук з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.01 "Олімп. та проф. спорт". Київ, 2010. 46 с. 4. Галиця В.І., Горлов А.С., Качанов П.А. Інтерактивна система експрес діагностики у підготовці спортсменів. Теорія та практика фізичного виховання, 2012. С. 409-415 5. Дж.Х.Уілмор Фізіологія спорту та рухової активності. - К.: Олімпійська література, 1997. - 503 с. 6. Дикий Б.В., Добра П.П. Методи об'єктивної оцінки ефективності реабілітаційних заходів під час проведення ЛФК: Методичні рекомендації. – Ужгород, 2013. – 55 с. 7. Колчина Є.Ю. Патогенетичні механізми дезадаптації центральної та периферичної гемодинаміки при фізичному навантаженні та методи їх корекції в осіб молодого віку: дис. ... док. біол. наук - Луганськ, 2021. – 328. 8. Комплексне тестування рухових здібностей людини. за ред. Сергієнко Л. П. - Миколаїв: УДМТУ, 2001. - 24 с. 9. Москаленко Н., Луковська О., Мірошніченко О. Критерії оцінки резервних можливостей зовнішнього дихання у спортсменів за даними комп'ютерної спірографії. Спортивний вісник Придніпров'я, 2007, №1, С. 138-141. 10. Полатайко Ю. Вплив фізичного навантаження максимальної потужності на реактивність кардіореспіраторної системи спортсменів. Фізичне виховання, спорт, культура здоров'я в сучасному суспільстві: зб. наук. праць. Луцьк; 2012. Т. 3. З. 367 - 372. 11. Рівний А.С., Ільїн В.І., Лізогуб В.С. Фізіологія спортивної діяльності. Підручник. Харків: видавництво ХНАДУ. 555 с. 12. Сісоєнко Н.В. Практикум з вікової фізіології та валеології: Навчально-методичний посібник для студентів педагогічних спеціальностей / Н.В. Сісоєнко., Г. Ст. Матасова., л. Ст. Пакушина – Черкаси: вид.від. ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2007. - 116 с. 13. Функціональні проби серцево-судинної системи у дитячій кардіології: метод. указ. для студентів та лікарів-інтернів / упор. Г.С. Сенаторова, М.О. Гончар, І.О. Саніна, О.Л. Онікієнко, О.І. Страшок. - Харків: ХНМУ, 2014. - 32с. 14. Фурман ЮМ. Фізіологія оздоровчого бігу. Київ: Здоров'я; 1994. 208 с. Язловецький В. С. Основи діагноститки функціонального стану та здоров'я / Язловецький В. С. – Кіровоград : , 2003. – 50 с. 15. Mitchell J., Haskell WL, Raven PB Classification of Sports // J. Am. Coll. Cardiol . –1994. –N. 24. –P. 864 – 866. 16. 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

Розробник:

Доцент

кафедри ФВіС

 / С. О. Черненко/
« » _____ 2025 р.

Розглянуто і схавлено

на засіданні кафедри ФВіС

Протокол № 17 від 06.05.2025 р.

В. о. зав. кафедри ФВіС

 / С. О. Черненко/
« » _____ 2025 р.

Гарант освітньої програми:

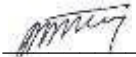
Доцент кафедри ФВіС,

к.н.ф.в.с.

 / С. О. Черненко/
« » _____ 2025 р.

Затверджую:

Декан факультету інтегрованих
технологій і обладнання

 / О. Г. Гринь /
« » _____ 2025 р.

