

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Чорноморський національний університет імені Петра Могили
Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра медико-біологічних основ спорту та фізичної реабілітації

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Перший проректор
ЧНУ ім. П. Могили
Іщенко Н.М.

« 26 » 08 2020 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«СПОРТИВНИЙ ТРАВМАТИЗМ»

Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія.

Розробник

Абрамов К.В.

Завідувач кафедри розробника

Кочина М.Л.

Гарант освітньої програми

Кочина М.Л.

Декан факультету

Чернозуб А.А.

Начальник НМВ

Шкірчак С.І.

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показника	Характеристика дисципліни	
Найменування дисципліни	Спортивний травматизм	
Галузь знань	22 «Охорона здоров'я»	
Спеціальність	227 «Фізична терапія, ерготерапія»	
Спеціалізація (якщо є)	227.01 Фізична терапія	
Освітня програма	Фізична терапія	
Рівень вищої освіти	Магістр	
Статус дисципліни	Вибіркова дисципліна	
Курс навчання	5	
Навчальний рік	2020-21 н. р.	
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма	Заочна форма
	11	
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	4 кредитів / 120 годин	
Структура курсу:	Денна форма	Заочна форма
	Всього – 120 годин	
	– лекції	20 годин
	– аудиторні групові	20 годин
– годин самостійної роботи студентів	80 годин	
Відсоток аудиторного навантаження	33%	
Мова викладання	українська	
Форма проміжного контролю (якщо є)		
Форма підсумкового контролю	екзамен	

2. Мета, завдання та результати вивчення дисципліни

Мета надання майбутнім фахівцям з фізичної терапії та ерготерапії комплексу наукових теоретико-практичних знань, вмінь, навичок для забезпечення процесу оздоровлення та фізичної реабілітації спортсменів різних видів спорту.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є вивчення травматизму у спорті як суспільного явища та галузі діяльності, основні принципи та методи, засоби та структура процесу фізичного виховання, джерела виникнення травматизму та спрямованість застосування основних закономірностей в навчальних закладах.

Завдання:

- **Методичні:** формувати у студентів уявлення про особливості оздоровлення та фізичної реабілітації у сфері спорту. Засвоєння основних принципів відновлення здоров'я спортсменів з різних видів спорту. Вивчення основних засобів, методів та технологій фізичної реабілітації, а також специфіки спортивної діяльності, яка обумовлює травмованість та захворюваність спортсменів високої кваліфікації.

- **Практичні:** навчити майбутніх фахівців з фізичної терапії, ерготерапії підбирати та використовувати методи відновлення спортсменів залежно від специфіки видів спорту, травматичних пошкоджень та захворювань, що порушують тренувальний та змагальний процеси. Навчити використовувати основні методи дослідження функціонального стану спортсменів та методи оцінювання результатів реабілітації. Навчити планувати етапи реабілітаційного процесу. Опанувати методиками дистанційної допомоги спортсменам при травмах та захворюваннях, що обумовлені професійною діяльністю. Опанувати практичними навичками з даної дисципліни, які необхідні для того, щоб ефективно організувати процес реабілітації спортсменів.

Загальні компетентності (ЗК)

ЗК 1	Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу, вирішення проблем
ЗК 2	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
ЗК 3	Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.
ЗК 4	Здатність проведення досліджень на відповідному рівні.
ЗК 5	Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.
ЗК 6	Здатність до міжособистісної взаємодії та роботи у команді.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)

СК 1	Здатність відповідно до МКФ визначати проблеми фізичної, когнітивної, психоемоційної сфер, обмежень заняттєвої участі пацієнта використовуючи стандартизовані та нестандартизовані інструменти оцінки, прогнозувати результати та планувати терапію.
СК 2	Здатність розуміти клінічний діагноз пацієнта/ клієнта, перебіг захворювання, принципи та характер лікування.
СК 4	Здатність клінічно мислити, застосовувати засоби та методи науково-доказової практики, аналізувати результати та вносити корективи до індивідуальної програми реабілітації.
СК 6	Здатність ефективно спілкуватися з пацієнтом, його родиною й опікунами, формувати розуміння власних потреб пацієнта та шукати шляхи їх реалізації, розробляти та впроваджувати домашню програму терапії.
СК 7	Здатність прогнозувати результати фізичної терапії, формулювати цілі, складати, обговорювати та пояснювати програму фізичної терапії, або компоненти індивідуальної програми реабілітації, які стосуються фізичної терапії.

Передумови вивчення дисципліни: засвоєння дисциплін «Фізіологія людини», «Загальна анатомія».

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

1. Знати:

- Особливості тренувального та змагального процесу спортсменів. Найбільш розповсюджені травматичні пошкодження організму залежно від виду спорту та виду рухової активності;
- Способи попередження травматизації;
- Першу допомогу при отриманні травм;
- Травми та захворювання, характерні для певного виду спорту;
- Особливості раннього та пізнього періодів відновлення після травм;
- Методи визначення та діагностики травм;
- Особливості й умови проведення фізичної реабілітації під час навчально-тренувальних зборів та підготовки до відповідальних змагань;
- Форми організації самооздоровчої та фізичної реабілітаційної діяльності, мету, завдання, принципи;
- Контингент, який потребує оздоровлення та фізичної реабілітації;
- Основні засоби оздоровлення та фізичної реабілітації;
- Оздоровчий вплив засобів фізичної реабілітації, їх показання та протипоказання.

2. Вміти:

- Аналізувати літературу з проблем оздоровлення, фізичної реабілітації та функціонального відновлення здоров'я спортсменів;
- Використовувати інструментальні методи оцінки стану здоров'я спортсменів;
- Забезпечити вдалий відновний процес спортсменів;
- Моделювати та поєднувати засоби фізичної реабілітації для більш ефективного відновлення і скорішого повернення до спортивної діяльності;

- Проводити оздоровчу та фізичну реабілітаційну діяльність з урахуванням етіології захворювання, етапу реабілітації, а також індивідуальних особливостей спортсменів.
- Проводити лекційну і пропагандистську роботу.

ПРН 1	Демонструвати знання біопсихосоціальної моделі обмежень життєдіяльності та вміння аналізувати медичні, соціальні та особистісні проблеми пацієнта/клієнта
ПРН 2	Демонструвати вміння аналізувати, вибирати і трактувати отриману від колег інформацію
ПРН 4	Демонструвати здатність знаходити, вибирати, оцінювати, обговорювати та застосовувати результати наукових досліджень у клінічній, науковій, освітній та адміністративній діяльності
ПРН 5	Демонструвати вміння визначати функціональний стан осіб різного віку, нозологічних та професійних груп із складною прогресуючою та мультисистемною патологією
ПРН 6	Проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення порушень функції, активності та участі
ПРН 7	Демонструвати вміння визначати рівень психомоторного та фізичного розвитку людини
ПРН 8	Демонструвати вміння спілкування з пацієнтом/клієнтом, проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення його потреб та очікувань щодо його рухової активності та очікуваних результатів фізичної терапії
ПРН 10	Демонструвати вміння прогнозувати результати фізичної терапії пацієнтів/клієнтів різних нозологічних груп та при складній прогресуючій та мультисистемній патології

3. Програма навчальної дисципліни

Денна форма:

	Теми	Лекції	Практичні (семінарські, лабораторні, півгрупові)	Самостійна робота
1	Тема 1. Характеристика травматизму під час занять фізичною підготовкою.	2		
2	Тема 2. Причини травматизму та заходи по його запобіганню.	2		
3	Тема 3. Заходи безпеки при організації та проведенні навчальних занять з фізичного виховання.	2		
4	Тема 4. Надання першої (долікарської) допомоги.	2		
5	Тема 5. Масаж при спортивних травмах.	2		
6	Тема 6. Спортивні мазі, креми й гелі.	2		
7	Тема 7. Етіопатогенез спортивних травм.	2		
8	Тема 8. Причини спортивного травматизму			
9	Тема 9. Патогенез спортивних травм.	2		
10	Тема 10. Поняття про екзогенний і ендогенний травматизм.	2		
11	Тема 1. Обов'язки студентів на практичних заняттях.		2	2
12	Тема 2. Травматизм під час подолання перешкод.		2	2
13	Тема 3. Травматизм на заняттях з рукопашного бою.		2	2
14	Тема 4. Травматизм при проведенні спортивних і рухливих ігор.		2	2
15	Тема 5. Травматизм у волейболі. Травматизм в художній гімнастиці.		2	2
16	Тема 6. Травматизм у бадмінтоні. Травматизм у баскетболі. Травматизм у футболі. Травматизм у плаванні.		2	2
17	Тема 7. Травматизм у важкій атлетиці. Травматизм в легкій атлетиці. Травматизм в хокеї. Травматизм у боксі.		2	2
18	Тема8. Навчання прийомам страхування та допомоги.		2	2
19	Тема 9. Лікарський контроль і самоконтроль.		2	2
20	Тема 10. Надання першої (долікарської) допомоги.		2	2
21	Тема 1. Умови тренувального процесу у волейболі.			2
22	Тема 2. Умови тренувального процесу в гандболі.			2
23	Тема 3. Умови тренувального процесу у баскетболі.			2
24	Тема 4. Умови тренувального процесу у			2

	бадмінтоні			
25	Тема 5. Умови тренувального процесу у футболі.			2
26	Тема 6. Умови тренувального процесу в тенісі.			2
27	Тема 7. Умови тренувального процесу в настільному тенісі.			2
28	Тема 8. Умови тренувального процесу у плаванні			2
29	Тема 9. Умови тренувального процесу у водному поло.			2
30	Тема 10. Умови тренувального процесу в стрибках у воду.			2
31	Тема 11. Умови тренувального процесу в синхронному плаванні.			2
32	Тема 12. Умови тренувального процесу у підводному плаванні.			2
33	Тема 13. Умови тренувального процесу в сучасному п'ятиборстві.			2
34	Тема 14. Умови тренувального процесу в легкої атлетиці.			2
35	Тема 15. Умови тренувального процесу у важкої атлетиці.			2
36	Тема 16. Умови тренувального процесу у батуті.			2
37	Тема 17. Умови тренувального процесу в шахів.			2
38	Тема 18. Умови тренувального процесу в художньої гімнастиці.			2
39	Тема 19. Умови тренувального процесу у спортивної гімнастиці.			2
40	Тема 20. Умови тренувального процесу у боротьбі (вільна, греко-римська.)			2
41	Тема 21. Умови тренувального процесу в карате, рукопашному бої, дзюдо, самбо, тхеквондо.			2
42	Тема 22. Умови тренувального процесу в кікбоксінгу.			2
43	Тема 23. Умови тренувального процесу у боксі.			2
44	Тема 24. Умови тренувального процесу у хокеї.			2
45	Тема 25. Умови тренувального процесу у балеті на льоду.			2
46	Тема 26. Умови тренувального процесу у біатлоні.			2
47	Тема 27. Умови тренувального процесу в лижному спорті.			2
48	Тема 28. Умови тренувального процесу в стрибках з трампліну.			2
49	Тема 29. Умови тренувального процесу в керлінгу.			2
50	Тема 30. Умови тренувального процесу у			2

	фрістайлі.			
51	Тема 31. Умови тренувального процесу у гірськолижному спорті.			2
52	Тема 32. Умови тренувального процесу в ковзанярському спорті.			2
53	Тема 33. Умови тренувального процесу в шорт треці.			2
54	Тема 34. Умови тренувального процесу в триатлоні.			2
	Всього	20	20	80

4. Зміст навчальної дисципліни

Денна форма

4.1. План лекцій

№	Тема заняття / план	
1	Тема 1. Характеристика травматизму під час занять фізичною підготовкою. 1. Важкі травми. 2. Травми середньої ступені складності. 3. Легкі травми. 4. Гострі травми. 5. Хронічні травми.	2
2	Тема 2. Причини травматизму та заходи по його запобіганню. 1. Основні причини травматизму на заняттях з ФВ і спорту. 2. Обов'язки керівників. 3. Попередження травм. 4. Недоліки матеріально-технічного обладнання місць.	2
3	Тема 3. Заходи безпеки при організації та проведенні навчальних занять з фізичного виховання. 1. Травматизм на заняттях з рукопашного бою. 2. Травматизм під час подолання перешкод. 3. Обов'язки методичної частини навчального закладу. 4. Прискорене пересування та легка атлетика. 5. Обов'язки викладачів, тренерів при проведенні навчальних та навчально-тренувальних занять. 6. Обов'язки студентів на практичних заняттях. 7. Травматизм при проведенні спортивних і рухливих ігор. 8. Травматизм у волейболі.	2
4	Тема 4. Надання першої (долікарської) допомоги. 1. Навчання прийомам страхування та допомоги. 2. Загальні вимоги до проведення страхування. 3. Лікарський контроль і самоконтроль. 4. Перша допомога при пораненні. 5. Перша допомога при ударах. 6. Перша допомога при переломах. 7. Перша допомога при розтягнень.	2
5	Тема 5. Масаж при спортивних травмах. 1.Масаж, що проводиться при ушкодженнях опорно-рухового апарата. 2. Масаж, при спортивних травмах й інших ушкодженнях. 3. Підготовчий масаж. 4. Основний масаж.	2
6	Тема 6. Спортивні мазі, креми й гелі. 1. Розігрівачі мазі.2	2

	2. Охолоджуючі мазі. 3. Перелік спортивних мазей, кремів і гелів.	
7	Тема 7. Етіопатогенез спортивних травм.	2
8	Тема 8. Причини спортивного травматизму. 1. Недоліки матеріально темничної бази. 2. Повторні травми	2
9	Тема 9. Патогенез спортивних травм. 1. Механізми спортивних травм.	2
10	Тема 10. Поняття про екзогенний і ендогенний травматизм. 1. Екзогенний травматизм. 2. Ендогенний травматизм.	2
	Всього	20

4.2. План практичних (семінарських, лабораторних, півгрупових) занять

№	Тема заняття / план	
1	Тема 1. Обов'язки студентів на практичних заняттях. 1. Обов'язки методичної частини навчального закладу. 2. Правила поведінки та мери безпеки.	2
2	Тема 2. Травматизм під час подолання перешкод. 1. Пошкодження нижніх кінцівок. 2. Пошкодження верхніх кінцівок.	2
3	Тема 3. Травматизм на заняттях з рукопашного бою. 1. Пошкодження зв'язок. 2. Пошкодження м'язів. 3. Рвані і колоти рани.	2
4	Тема 4. Травматизм при проведенні спортивних і рухливих ігор. 1. Пошкодження пов'язані з бігом за м'ячем. 2. Пошкодження, в основному удари і садна стоп і голені. 3. Пошкодження у вигляді ударів наколінника. 4. Поганий санітарний стан спортмайданчику.	2
5	Тема 5. Травматизм у волейболі. 1. Травми: забиті місця 2. Травми верхніх і нижніх кінцівок. 3. Розтягання зв'язок, сухожилля, м'язів ніг, рук. 4. Розтягання зв'язок тулуба; вивих плечових, гомілковостопних суглобів (рідше ліктьових, колінних суглобів); потертості стоп ніг; судороги м'язів (в основному литкових 5. Розриви м'язів і сухожилля.	2
6	Тема 6. Травматизм в художній гімнастиці. 1. Травма у відділі хребта. 2. Травми нижніх кінцівок. 3. Травми верхніх кінцівок.	2
7	Тема 7. Травматизм у бадмінтоні. 1. Травма у відділі хребта. 2. Травми нижніх кінцівок. 3. Травми верхніх кінцівок.	2
8	Тема 8. Травматизм у баскетболі. 1. Травма у відділі хребта. 2. Травми нижніх кінцівок. 3. Травми верхніх кінцівок.	2
9	Тема 9. Травматизм у футболі. 1. Травма у відділі хребта.	2

	2. Травми нижніх кінцівок. 3. Травми верхніх кінцівок.	
10	Тема 10. Травматизм у плаванні. 1. Травма у відділі хребта. 2. Травми нижніх кінцівок. 3. Травми верхніх кінцівок.	2
	Всього	20

4.3.Завдання для самостійної роботи

Вимоги: 1 сторінка титульний лист; 2 лист – план 3 – текст (8-10 стр); список джерел (5-10); в тексті джерела поставити в квадратні дужки [Курко Я. В. Особливості фізичної реабілітації спортсменів після гострих респіраторних захворювань / Курко Я. В. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту. – 2011. – № 11. – С. 69–71]. 12 шрифт Times New Roman, одинарний інтервал, абзац – 1,25, вирівнювання по ширині;

Вимоги до написання реферату

Обсяг роботи має складати – 10-15 сторінок. До загального обсягу роботи не входять додатки, глосарій, список використаних джерел, таблиці та рисунки, які повністю займають площу сторінки. Але всі сторінки зазначених елементів підлягають суцільній нумерації. Робота має бути акуратно написана від руки або надрукована з дотриманням стилістичних і граматичних норм. У тексті обов'язково повинні бути посилання на літературу та інші джерела, що використовувалися при підготовці роботи.

Текст викладається державною мовою на стандартних аркушах формату А-4(210 x 297).

Робота друкується шрифтом Times New Roman, 14 кеглем; вирівнювання - “За шириною”; міжрядковий інтервал “Полуторний” (1,5 Lines); абзацний відступ – п’ять знаків (1,25 см); верхнє і нижнє поле – 2 см., ліве – 3 см, праве – 1 см. Абзацний відступ має бути однаковим у всьому тексті і дорівнювати п’яти знакам (1,25 см).

Скорочення слів та словосполучень мають відповідати чинним стандартам з бібліотечної та видавничої справи (наприклад: Міністерство внутрішніх справ України (далі – МВС)).

Розділи та підрозділи мають містити заголовки, які належить точно відтворювати у змісті. Заголовки розділів, як правило, розміщують посередині рядка. Назви розділів друкують великими літерами без розділових знаків у кінці, без підкреслень. Заголовки розділів слід починати з належного відступу.

Абзацний відступ має бути однаковим у всьому тексті і дорівнювати п’яти знакам (стандартний відступ, визначений текстовими редакторами на ПК).

Якщо заголовок складається з двох і більше речень, їх розділяють крапкою. Переніс слів у заголовках розділів слід уникати. Відстань між заголовком і подальшим чи попереднім текстом, при друкованому виготовленні письмової роботи, повинна становити не менше двох рядків.

Нумерація сторінок має бути наскрізною. Порядковий номер сторінки позначають арабською цифрою і проставляють у правому верхньому куті сторінки без крапки чи рисок. Титульний аркуш (додається) включається до загальної нумерації сторінок письмової роботи, але номер сторінки на титульному аркуші, як правило, не проставляють. Розділи слід нумерувати також арабськими цифрами.

При використанні літературних джерел в тексті письмової роботи можуть бути два варіанти посилань на них. Перший – це посторінкові посилання (виноски): коли на сторінці цитується джерело, то внизу цієї сторінки під основним текстом наводиться бібліографічний опис літературного джерела і вказується сторінка. Другий – коли в разі посилання на літературне джерело у квадратних дужках вказується його порядковий номер у списку літератури та конкретна сторінка, наводиться цитата, точні цифри, дані, наприклад [3, с. 17].

Ілюстративний матеріал – малюнки, графіки, схеми тощо слід розміщувати безпосередньо після першого посилання на нього в тексті. Якщо графік, схема, таблиця не поміщається на

сторінці, де є посилання, їх подають на наступній сторінці. На кожний ілюстративний матеріал мають бути посилання в тексті.

Теми рефератів

1. Загальна характеристика спортивного травматизму.
2. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у плаванні.
3. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у волейболі.
4. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в гімнастиці.
5. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в спорт. танцях.
6. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в стрибках в довжину.
7. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у боротьбі.
8. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в стрибках в гору.
9. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у бігу.
10. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в хокеї.
11. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у водному поло.
12. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в стрибках у воду.
13. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у баскетболі.
14. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в гандболі.
15. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у футболі.
16. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у важкий атлетиці.
17. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у фехтуванні.
18. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у бадмінтоні.
19. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в тенісі.
20. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у велоспорті.
21. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у підводному плаванні.
22. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в синхронному плаванні.
23. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в гребному спорті.
24. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в альпінізмі.
25. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у хокеї.
26. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в лижному спорті.
27. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в тріатлоні.
28. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у біатлоні.
29. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в кінному спорті.
30. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм в сучасному п'ятиборстві.

4.4..Забезпечення освітнього процесу

Навчально-методичний матеріал: конспекти лекцій та практичних занять.

Мережа Інтернет: доступ до сайтів університетів та інших сайтів, що необхідні для навчального процесу

Обладнання: мультимедійний проектор.

5. Перелік питань до екзамену з дисципліни «Спортивний травматизм»

1. Анатомічна будова тіла людини.
2. Що таке спортивна травма?
3. Які причини спортивного травматизму?
4. Які причини спортивної травми відносяться безпосереднім?
5. Які причини спортивної травми відносяться до опосередкованим?
6. Які механізми виникнення спортивної травми лежать в основі екзогенного травматизму?
7. Що таке ендогенний травматизм?
8. Які існують теорії виникнення ендогенної травми?
9. Від чого залежить тяжкість спортивної травми?
10. Характеристика травматизму під час занять фізичною підготовкою.
11. Причини травматизму та заходи по його запобіганню.

12. Заходи безпеки при організації та проведенні навчальних занять з фізичного виховання.
13. Надання першої (долікарської) допомоги.
14. Масаж при спортивних травмах.
15. Спортивні мазі, креми й гелі.
16. Етіопатогенез спортивних травм. Причини спортивного травматизму.
17. Патогенез спортивних травм.
18. Поняття про екзогенний і ендогенний травматизм.
19. Обов'язки студентів на практичних заняттях.
20. Травматизм під час подолання перешкод.
21. Травматизм на заняттях з рукопашного бою.
22. Травматизм у акробатиці.
23. Травматизм у волейболі.
24. Травматизм в художній гімнастиці.
25. Травматизм у бадмінтоні.
26. Травматизм у баскетболі.
27. Травматизм у футболі.
28. Травматизм у плаванні.
29. Травматизм у важкій атлетиці.
30. Травматизм в легкій атлетиці.
31. Травматизм в хокеї.
32. Травматизм у боксі.
33. Навчання прийомам страхування та допомоги.
34. Лікарський контроль і самоконтроль.
35. Надання першої (долікарської) допомоги.
36. Масаж при спортивних травмах.
37. Орієнтовні строки допуску до занять фізичної підготовкою, до тренувань і спортивних змагань після захворювань травм і оперативних втручань (кількість діб).
38. Розподіл спортивних ушкоджень по видах спорту.
39. Характеристика травматизму під час занять фізичною підготовкою.
40. Визначення поняття спортивна травма.
41. Які причини спортивного травматизму?
42. Які причини спортивної травми відносяться безпосереднім?
43. Які причини спортивної травми відносяться до опосередкованим?
44. Які механізми виникнення спортивної травми лежать в основі екзогенного травматизму?
45. Що таке ендогенний травматизм?
46. Які існують теорії виникнення ендогенної травми?
47. Від чого залежить тяжкість спортивної травми?
48. Які фактори впливають на виникнення спортивної травми?
49. Які найбільш вразливі ланки локомо апарату у спортсменів?
50. Травми якої міри тяжкості переважають у спортсменів?
51. З чим пов'язані вищі показники травматизму у молодих спортсменів?
52. Які причини дитячого травматизму?
53. Загальна характеристика спортивного травматизму.
54. Розподіл різних видів спортивних травм.
55. Інтенсивні показники травматизму в різних видах спорту
56. Аналіз причин, механізмів і профілактика спортивних травм у різних видах спорту.
57. Недоліки в організації занять і змагань.
58. Причини травм.
59. Вплив несприятливих гігієнічних і метеорологічних умов на організм спортсмена.
60. Вплив навантаження на зміни функціонального стану окремих систем організму спортсмена.

61. Механізми виникнення травми.
62. Пошкодження шкірних покривів.
63. Травми нервової системи.
64. Умови тренувального процесу в пляжному в обраному виду спорту.
65. Травми внутрішніх органів.
66. Перетренованість і перенапруга.
67. Травми носа, вуха, гортані, зубів і очей.

5.1..Контрольна робота Контрольна робота №1

Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра олімпського та професійного спорту.
Спеціальність – 227 «Фізична терапія, ерготерапія»
Дисципліна – «Спортивний травматизм»

варіант 1

Завдання №1.	Травми опорно-рухового апарату.
Завдання №2.	Встановлення форми спортивного одягу в залежності від кліматичних умов, стану тренуваності і загартуваності займаються;
Завдання №3.	Контроль за станом і будівництвом спортивних споруд та інших місць занять;

варіант 2

Завдання №1.	Травма нервової системи.
Завдання №2.	Систематичний контроль за спортивним обладнанням, спорядженням, спортивним одягом.
Завдання №3.	Профілактика травм при заняттях спортом.

Контрольна робота №2

Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра олімпського та професійного спорту.
Спеціальність – 227 «Фізична терапія, ерготерапія»
Дисципліна – «Спортивний травматизм»

варіант 1

Завдання №1.	Травми внутрішніх органів.
Завдання №2.	Розробка правил використання, установки, прибирання і зберігання спортивного обладнання, спорядження та захисних пристосувань.
Завдання №3.	Перша допомога при вивиху.

варіант 2

Завдання №1.	Травми носа, вуха, гортані, зубів і очей.
Завдання №2.	Складання інструктажу працівників спортивних споруд і спортсменів які займаються.
Завдання №3.	Перша допомога при переломі.

За кожне питання нараховується 5 балів.

6.Підсумковий контроль

Формою підсумкового контролю є екзамен, який проводиться в усній формі, реферат та дві контрольних робіт. Робота студентів оцінюється за підсумками виконання основних видів завдань. Якщо студент не відвідував курс лекцій, семінарські заняття і не виконав контрольні заходи, а,

отже, не набрав необхідної кількості балів, то він, за рішенням кафедри, не допускається до складання екзамену.

6.1. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання

№	Вид діяльності (завдання)	Максимальна кількість балів
1	Екзамен	40
2	Реферат	10
4	Контрольна робота №1	15
5	Контрольна робота №2	15
6.	Семінари (5 занять по 4 бали)	20
	Всього	100

Оцінювання результатів навчальної діяльності студентів здійснюється з урахуванням індивідуальних особливостей студентів і передбачає диференційований підхід в його організації.

Оцінюватися може виконання студентами будь-яких навчальних завдань, під час роботи над якими

студенти демонструють власне мислення: розгорнуті і стислі усні відповіді, письмові роботи,

доповіді, реферати, виступи в дискусіях тощо.

При цьому враховується:

- самостійність мислення;
- використання різних джерел спортивних знань, з розумінням їх особистостей, умінням їх характеризувати і оцінювати;
- чіткість і завершеність викладу;
- мовна грамотність

Семінарські заняття

- За повну розгорнуту відповідь на 1 питання студент отримує 4 бали
- 4 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;
- 3 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;
- 2 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.
- 0-1 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

Реферат

- 1. **9-10 балів** Оцінка “відмінно” ставиться за реферат, який має обсяг 15 або більше друкованих (рукописних) сторінок; проблема, яка в ньому розглядається, викладена повно, послідовно, логічно; список використаної наукової літератури нараховує 5-6 джерел, відповідає сучасним правилам оформлення бібліографії.
- 2. **7-8 балів** Оцінка “добре” ставиться за реферат, який має обсяг 10 сторінок; тема реферату викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 4-5 джерел, відповідає сучасним правилам, але містить певні помилки.
- 3. **5-6 балів** Оцінка “задовільно” ставиться, коли обсяг реферату є недостатнім для викладення обраної проблеми, і тому проблема розглядається поверхово; у бібліографічному списку менше чотирьох наукових джерел і є помилки.
- 4. **0-5 балів** Оцінка “незадовільно” ставиться, якщо тема реферату нерозкрита, у бібліографічному списку менше 2 наукових джерел, і він подається не за сучасними правилами.

Оцінювання контрольної роботи

Оцінка “Відмінно”- А (18-20 балів) ставиться, якщо основні питання розкриті на високому теоретичному і практичному рівнях, студент без ускладнень орієнтується в матеріалі. Якість

відповідей свідчить про вільне володіння матеріалом лекційних і практичних занять, а також про ознайомлення з додатковим матеріалом з навчальної дисципліни.

Оцінка "Добре"- В,С (16-17 балів) ставиться, якщо розкриті основні питання. Якість відповідей виявляє вільне володіння лекційним і практичним матеріалом. Ознайомлення з додатковими джерелами не систематизовано.

Оцінка "Задовільно" – D, E (10-15 бали) ставиться, якщо студент володіє тільки загальним поняттєвим апаратом, він в цілому орієнтується в досліджуваному предметі, але при розкритті основних питань допускає суттєві помилки.

Оцінка "Незадовільно" з можливістю повторного складання – FХ (6-9 балів) ставиться, якщо студент робить принципові помилки у відповідях, не орієнтується в основних теоретичних і практичних положеннях курсу.

Оцінка "Незадовільно" з обов'язковим повторним курсом – F (1-5 балів) - відсутність будь-якого розуміння навчального матеріалу.

6.2. Приклад екзаменаційного білету

ЧОРНОМОРСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ПЕТРА МОГИЛИ

Освітньо-кваліфікаційний рівень Магістр

Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія

Навчальна дисципліна «Спортивний травматизм»

ЕКЗАМІНАЦІЙНИЙ БІЛЕТ № ____

1. Надання першої (долікарської) допомоги.
2. Що таке спортивна травма
3. Що таке ендогенний травматизм

Затверджено на засіданні

Кафедри Медико-біологічних основ спорту та фізичної реабілітації

Протокол № ____ від ____ 20__ року

Завідувач кафедри

Екзаменатор

Кочина М.Л.

Абрамов К.В.,

Петренко О.В.

7.Рекомендовані джерела інформації:

7.1. Базова

1. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия. В 2-х частях. Часть 2. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – 360 с.: ил.
2. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учебник для студентов высших учебных заведений. – 2-е издание, дополненное. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2002. – 512 с.
3. Мелега К.П. Невідкладна допомога при травмах і захворюваннях у спортсменів: Навчально-методичний посібник. – Ужгород: Вид-во УЖНУ, 2005. – 50 с.
4. Миронова З.С., Морозова Е.М. Спортивная травматология. – М.:ФиС, 1976. – 152 с.
5. Практикум з валеології. Основи долі карської допомоги. Навчально-методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів, вчителів та учнів загальноосвітніх шкіл / Укладачі Цимбал Н.М., Берегова О.Д. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002. – 112 с.

7.2. Допоміжна

1. Аулик И. В. Определение физической работоспособности в клинике и спорте. — М., Наука, 1984.
2. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. — М., 1988. — 134 с.
3. Епифанов В. А. Медицинское обеспечение спорта у инвалидов //Вопр. курортологии, физиотерапии и лечебной физкультуры. —1995. — № 6. — С. 47–48.
4. Сергиени Е. В. Актуальные вопросы медицинской реабилитации инвалидов в Украине // Мед. реабилитация, курортология и физиотерапия. — 1998. — № 1. — С. 52–53.