

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра теорії і методики фізичного виховання

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Перший проректор

Котляр Ю.В.

“31” 08 2023 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

СУЧАСНІ МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ МЕТОДИ ВІДНОВЛЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ЛЮДИНИ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ, СПОРТІ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт
Освітня програма: Фізкультурно-спортивна реабілітація

Розробник

Жигadlo Г.Б.

Завідувач кафедри розробника

Жигadlo Г.Б.

Завідувач кафедри спеціальності, гарант

Гетманцев С.В.

Декан факультету

Тупеев Ю.В.

Начальник НМВ

Шкірчак С.І.

Миколаїв - 2023 р.

1. Опис навчальної дисципліни для денної форми навчання

Найменування показника	Характеристика дисципліни		
Найменування дисципліни	Сучасні медико-біологічні методи відновлення функціонального стану людини у фізичній культурі, спорті та реабілітації		
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка		
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт		
Спеціалізація (якщо є)			
Освітня програма	Фізкультурно-спортивна реабілітація		
Рівень вищої освіти	Магістр		
Статус дисципліни	Нормативна		
Курс навчання	5		
Навчальний рік	2023 – 2024 н.р.		
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма	Заочна форма	
	9	-	
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	4 кредити / 120 годин		
Структура курсу:	Денна форма	Заочна форма	
	- лекції	15	-
	- семінарські заняття (практичні, півгрупові)	30	-
	- годин самостійної роботи студентів	75	-
Відсоток аудиторного навантаження	38 %		
Мова викладання	Українська		
Форма проміжного контролю (якщо є)			
Форма підсумкового контролю	Залік		

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета викладання дисципліни:

Підготовка студентів до практичної діяльності в якості фахівця в галузі фізичної культури та спорту.

Завдання дисципліни:

Формування у студентів поглиблених знань про особливості технології планування тренувального процесу з позиції застосування відновлювальних та реабілітаційних заходів в роботі зі спортсменами різних кваліфікаційних категорій та спеціалізацій.

Критеріями засвоєння матеріалу навчальної дисципліни «Сучасні медико-біологічні методи відновлення функціонального стану людини у фізичній культурі, спорті та реабілітації» є наявність у студентів наступних

- ЗНАТЬ:

- методів дослідження та оцінки стану функції різних систем організму з метою оцінки загальної тренуваності;
- методів дослідження і оцінки фізичної працездатності, дослідження і оцінки стану систем організму, що лімітують працездатність;
- особливостей підготовки спортсменів у різних видах спорту;
- структури фізичної та психічної працездатності спортсмена;
- засобів та методів відновлення в спорті;

- вмінь:

- проводити різні функціональні проби серцево-судинної системи, визначати тип реакції на навантаження, оцінювати швидкість відновлення і адаптацію до фізичного навантаження;
- тестувати фізичну працездатність різними методами;
- проводити функціональні проби дихальної системи, оцінювати їх результати;
- планувати навчально-тренувальний процес з урахуванням специфіки відновлювання працездатності організму людини;
- застосовувати в практичній діяльності засоби та методи підвищення працездатності спортсменів;
- володіти технологіями визначення рівня працездатності та функціональної готовності спортсменів на різних етапах підготовки.

Основними освітніми завданнями курсу «Сучасні медико-біологічні методи відновлення функціонального стану людини у фізичній культурі, спорті та реабілітації» є:

1. Дати глибоку теоретичну та практичну підготовку студентам в галузі вивчення морфо-фізіологічних особливостей організму людини в різних функціональних станах.
2. Підготувати студентів до кваліфікованого проведення навчальних занять з фізичної культури і спорту згідно з сучасними вимогами науки і практики.
3. Сформувані у студентів практичні навички визначення морфо-функціональних особливостей фізичного розвитку дитини і перспектив вдосконалення їх в тому чи іншому виді спорту.
4. Поглибити загальнотеоретичну і методичну підготовку майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту.

Виховні завдання:

1. Сприяння соціальному формуванню особистості.

2. Виховання працелюбності, наполегливості, витримки, сили волі.
3. Пропагування здорового способу життя на базі отриманих знань.

Розроблена програма відповідає освітній програмі та орієнтована на **формування компетентностей**:

Інтегральна компетентність	ІК	Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту
Загальні компетентності (ЗК)	ЗК 03	Здатність до адаптації та дії в новій ситуації
	ЗК 04	Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми
	ЗК 07	Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)	СК 01	Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень
	СК 02	Здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проекти у сфері фізичної культури і спорту.
	СК 04	Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів.
	СК 06	Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту.
	СК 09	Усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання

Відповідно до освітньої програми очікувані **результати навчання** включають вміння:

ПРН 02	Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.
ПРН 04	Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури та спорту до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються.

Розділ 3. Програма навчальної дисципліни

Денна форма:

№ з/п	Назви розділів та тем	За формами занять, годин		
		Аудиторні		Самостійна робота
		Лекції	Практичні (семінарські)	
1.	Загальна характеристика та механізми ВТОМИ	1	2	5

2.	Контроль та оцінювання втоми й відновлення	2	2	5
3.	Загальна характеристика засобів відновлення фізичної працездатності спортсмена	2	4	10
4.	Психологічні засоби відновлення	2	4	10
5.	Медико-біологічні засоби відновлення у спорті	2	4	10
6.	Раціональне харчування спортсмена	2	6	15
7.	Значення регідrataції для відновлення	2	4	10
8.	Фармакологічні засоби відновлення і підвищення спортивної працездатності	2	4	10
Всього за курсом		15	30	75

Розділ 4. Зміст навчальної дисципліни

4.1 План лекцій

№ лекції	Кількість годин	Ключові питання, які розглядаються
Лекція № 1	1	Тема 1. <i>Загальна характеристика та механізми втоми</i> 1. Причини й характеристика втоми, що виникає після різних фізичних навантажень 2. Перевтома та перетренованість 3. Фізіологія та біохімія відновлення
Лекція № 2	2	Тема 2. <i>Контроль та оцінювання втоми й відновлення</i> 1. Фізіологічні та біохімічні маркери втоми і відновлення 2. Фізіологічні методи діагностики 3. Медичні та біохімічні маркери діагностики втоми і відновлення
Лекція № 3	2	Тема 3. <i>Загальна характеристика засобів відновлення фізичної працездатності спортсмена</i> 1. Практика використання засобів відновлення у спорті 2. Чинники спортивної працездатності 3. Класифікація засобів відновлення
Лекція № 4	2	1. Ст Тема 4. <i>Психологічні засоби відновлення</i> 1. Стрес та емоційне “вигорання” у спортсменів 2. Способи регуляції стресу 3. Методи психологічної підготовки спортсмена 4. Компоненти психологічного відновлення

Лекція № 5	2	Тема 5. Медико-біологічні засоби відновлення у спорті 1. Фізіотерапевтичні засоби відновлення 2. Масаж 3. Інші фізіотерапевтичні засоби відновлення
Лекція № 6	2	Тема 6. Раціональне харчування спортсмена 1. Основи раціонального харчування 2. Потреби організму у різних поживних речовинах під час фізичного навантаження 3. Значення вуглеводів у відновленні працездатності спортсменів 4. Жири у відновленні працездатності 5. Значення білків у відновленні працездатності спортсменів 6. Мінеральні речовини у харчуванні 7. Особливості харчування спортсменів на дистанції, під час штучного зниження ваги та за різних умов навколишнього середовища
Лекція № 7	2	Тема 7. Значення регідратації для відновлення 1. Напої, що сприяють регідратації 2. Вуглеводно-мінеральні та вуглеводно-білкові напої, що стимулюють відновлення 3. Харчові суміші, що містять вуглеводи, білки і поліненасичені жирні кислоти
Лекція № 8	2	Тема 8. Фармакологічні засоби відновлення і підвищення спортивної працездатності 1. Фармакологічна корекція у спорті 2. Використання вітамінів та інших дозволених препаратів у спорті

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

№	Тема заняття / план	Кількість годин
1	Тема 1. Загальна характеристика та механізми втоми 1. Причини й характеристика втоми, що виникає після різних фізичних навантажень 2. Теорії походження втоми 3. Види втоми, стадії розвитку втоми. 4. Перевтома та перетренованість 5. Фізіологія та біохімія відновлення. Швидкобіжне та довготривале відновлення	2

2	<p>Тема 2. Контроль та оцінювання втоми й відновлення</p> <p>1. Фізіологічні та біохімічні маркери втоми і відновлення.</p> <p>2. Фізіологічні методи діагностики.</p> <p>3. Медичні та біохімічні маркери діагностики втоми і відновлення.</p>	2
3	<p>Тема 3. Загальна характеристика засобів відновлення фізичної працездатності спортсмена</p> <p>1. Педагогічні засоби відновлення.</p> <p>2. Психологічні засоби відновлення.</p> <p>3. Медико-біологічні засоби відновлення.</p> <p>4. Практика використання засобів відновлення у спорті</p>	2
4	<p>Тема 4. Психологічні засоби відновлення</p> <p>1. Компоненти психологічного відновлення</p> <p>2. Стрес та емоційне “вигоряння” у спортсменів</p> <p>3. Способи регуляції стресу</p>	2
5	<p>Тема 5. Методи психологічної підготовки спортсмена</p> <p>1. “Ментальні” тренування</p> <p>2. 2. Методи розслаблення м’язів.</p> <p>3.С 3. Спланований розпорядок дня</p>	2
6	<p>Тема 6. Психологічні засоби відновлення працездатності спортсменів</p> <p>1. Засоби і методи психологічних впливів. Класифікація методів психорегуляції.</p> <p>2. Застосування психологічних засобів відновлення в період підготовки до змагань, участі в них і в умовах післязмагальної діяльності.</p> <p>3. Ускладнення соматичних хвороб невротичними реакціями. Ускладнення фізичних травм невротичними реакціями.</p> <p>4. Психологічні і педагогічні засоби впливу на відновлення процесу працездатності</p>	2
7	<p>Тема 7. Раціональне харчування спортсмена</p> <p>1. Основи раціонального харчування.</p>	2

	<p>2. Потреби організму у різних поживних речовинах під час фізичного навантаження.</p> <p>3. Значення вуглеводів у відновленні працездатності спортсменів.</p> <p>4. Жири у відновленні працездатності.</p> <p>5. Значення білків у відновленні працездатності спортсменів.</p> <p>6. Мінеральні речовини у харчуванні.</p>	
8	<p>Тема 8. Особливості харчування спортсменів на дистанції, під час штучного зниження ваги та за різних умов навколишнього середовища</p> <p>1. Харчування в умовах середньогір'я.</p> <p>2. Режим харчування спортсменів, які штучно “знижують” вагу.</p> <p>3. Харчування на дистанції, під час змагань.</p> <p>4. Харчування в умовах спекотного клімату.</p> <p>5. Особливості харчування спортсменів для розвитку силових і швидко-силових здібностей.</p>	2
9	<p>Тема 9. Використання збалансованого харчування як засобу відновлення працездатності спортсменів</p> <p>1. Функції їжі.</p> <p>2. Їжа як джерело енергії.</p> <p>3. Пластична функція харчових речовин.</p> <p>4. Поживні речовини як медико-біологічний засіб відновлення працездатності спортсменів.</p> <p>5. Вода і питний режим.</p> <p>6. Загальні правила харчування.</p> <p>7. Особливості використання поживних речовин спортсменами.</p>	2
10	<p>Тема 10. Значення регідратації для відновлення у спорті</p> <p>1. Напої, що сприяють регідратації.</p> <p>2. Вуглеводно-мінеральні та вуглеводно-білкові напої, що стимулюють відновлення.</p> <p>3. Харчові суміші, що містять вуглеводи, білки і поліненасичені жирні кислоти.</p>	2
11	<p>Тема 11. Фармакологічні засоби відновлення і підвищення спортивної працездатності</p>	2

	<p>1.Фармакологічна корекція у спорті. Групи лікарських препаратів:вітаміни і коферменти; препарати пластичної дії; препарати енергетичної дії; антиоксиданти й антигіпоксанти; адаптогени рослинного і тваринного походження; гепатопротектори; стимулятори кровотворення; ноотропи; імуномодулятори.</p> <p>2.Використання вітамінів та інших дозволених препаратів у спорті.</p> <p>3. Препарати, що впливають на метаболізм.</p> <p>4.Ноотропи.</p> <p>5.Адаптогени й імуномодулятори.</p> <p>6.Антигіпоксичні засоби.</p>	
12	<p>Тема 12. <i>Використання не допінгових препаратів у різних видах спорту</i></p> <p>1.Заборонені препарати і методи.</p> <p>2.Класифікація допінгових речовин.</p> <p>3. Основні завдання фармакологічного забезпечення спортсменів .</p>	2
13	<p>Тема 13. <i>Комплексне використання різних засобів відновлення у спорті</i></p> <p>1. Поєднання різних засобів відновлення з урахуванням специфіки виду спорту.</p> <p>2. Відновлення у легкій атлетиці.</p> <p>3. Відновлення спортсменів-стрільців.</p>	2
14	<p>Тема 14. <i>Адаптація спортсменів до умов середногір'я. Відновлення спортсменів при перельотах на захід і схід через кілька часових поясів</i></p> <p>1. Адаптація спортсменів до умов середньогір'я.</p> <p>2.Відновлення спортсменів при перельотах на захід і схід через кілька часових поясів.</p>	2
15	<p>Тема 15. <i>Застосування педагогічних засобів відновлення спортивної працездатності</i></p> <p>1. Організація процесу тренування. Розминка.</p> <p>2. Планування відновлювальних засобів у тренувальному процесі.</p>	2

	<p>3. Відновлення спортивної працездатності в єдиноборствах, спортивних іграх, циклічних видах спорту.</p> <p>4. Відновлення організму після кумулятивного стомлення, лікування травм і захворювань.</p> <p>5. Відновлення працездатності спортсменів у циклічних видах спорту.</p>	
--	---	--

4.3. Завдання для самостійної роботи.

Написати реферат на тему «Загальна характеристика засобів відновлення фізичної працездатності спортсмена» або «Раціональне харчування спортсмена» *(студент має обрати одну з двох тем)* згідно зазначених вимог.

Вимоги до реферативної роботи:

Вимоги: 1 стр. титульний лист; 2 лист – план і після нього – текст. 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 індивідуальної роботи 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). Інтервал між абзацами – «0пт».

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] та [3].

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.

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: ноутбук, мультимедійний проектор

Розділ 5. Підсумковий контроль

5.1. Перелік питань до заліку

1. Які два аспекти втоми є у фізіології людини?
2. Що таке компенсована втома?
3. Назви різновиди втоми.
4. Як оцінити рівень тренуваності спортсменів?
5. Що таке стандартні фізичні навантаження?
6. Опишіть пробу Штанге.
7. Назви чинники спортивної працездатності.

8. Які засоби відновлення застосовують у спорті?
9. Які засоби відновлення використовуються у спортивному тренуванні?
10. Які риси та моделі поведінки є визначальними в емоційному вигоранні?
11. Дайте визначення: «Ментальні тренування».
12. На які три групи поділяють прийоми саморегуляції?
13. Назвіть аспекти психорегуляції у спорті.
14. Що таке аутогенне тренування?
15. Навіщо застосовується у спорті «ментальне тренування»?
16. Назвіть класифікацію психологічних засобів відновлення.
17. Яким чином розрізняють методи психорегуляції?
18. Які невербальні методи психорегуляції використовуються в практиці спорту?
 19. Дайте визначення «Раціональне харчування»
 20. Опишіть особливості харчування спортсменів під час змагань
 21. Опишіть особливості харчування спортсменів для розвитку силових і швидко-силових здібностей.
 22. Яка дієта вважається оптимальною в умовах середньогір'я ?
 23. Яким має бути режим харчування спортсменів, які штучно «знижують» вагу ?
 24. Назвіть особливості харчування в умовах спекотного клімату.
 25. Дайте визначення: «Збалансоване харчування спортсменів».
 26. Назвіть ,що повинне включати в себе спортивне харчування?
 27. Що включає в себе чотирьох-разовий режим харчування спортсменів з розподіленням калорійності?
 28. Які напої сприяють регідратації?
 29. Дайте визначення:» вуглеводно-мінеральний напій.
 30. Опишіть один із рецептів вуглеводно-білкових коктейлів.
 31. Що означає поняття «Фармакологія сучасної спортивної медицини»?
 32. Назвіть принципи спортивної фармакології.
 33. Які комплексні вітамінні препарати використовують у спорті?

34. Які основні завдання фармакологічного забезпечення спортсменів є упродовж періоду відновлення?
35. Дайте визначення, що таке «Допінг»?
36. Опишіть класифікацію допінгу у спорті.
37. Дайте визначення : «Відновлення спортивної підготовки».
38. Назвіть варіанти відновлених комплексів різних видів (за В.М. Платоновим).
39. Які засоби і методи фізичних навантажень використовуються під час змагань?
40. Дайте визначення терміну «Адаптація».
41. Назвіть основні адаптаційні реакції, обумовлені перебуванням в гірських умовах.
42. Дайте визначення: «організація процесу тренування»
43. Що таке «розминка»?
44. Назвіть засоби відновлення спортивної працездатності.

5.2. Зразок » варіанту залікового білету

ЗАЛІКОВИЙ БІЛЕТ № 1

Чорноморський національний університет ім. П. Могили
Рівень вищої освіти – магістр
Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка
Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт
Освітня програма Фізкультурно-спортивна реабілітація

Навчальна дисципліна

**Сучасні медико-біологічні методи відновлення функціонального стану
людини у фізичній культурі, спорті та реабілітації**

Варіант №0

1. Як оцінити рівень тренуваності спортсменів?
2. Що таке стандартні фізичні навантаження?

Схвалено на засідання кафедри

Протокол № ___ від « ___ » _____ 20__ р.

Завідувач кафедри _____

Розділ 6. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання

6.1. Система оцінювання роботи студентів

Контроль рівня засвоєння навчального матеріалу здійснюється шляхом перевірки знань студентів на заліку згідно розкладу сесії.

У відповідності до положення про систему рейтингової оцінки знань студентів при вивченні дисципліни «Сучасні медико-біологічні методи відновлення функціонального стану людини у фізичній культурі, спорті та реабілітації» застосовується наступна система оцінювання роботи студентів.

№	Вид контролю	Максимальна кількість балів	Термін виконання
1.	Практичні заняття	45	Протягом семестру
2.	Відвідування лекцій (100%)	5	Протягом семестру
3.	Реферат	10	Протягом семестру
4	Аналіз статті	10	Протягом семестру
5	Залік	30	Заліково-екзаменаційна сесія
		100	

6.2. Критерії оцінювання

6.2.1. Виконання практичних робіт на групових заняттях – форма контролю, яка дозволяє оцінити вміння студентів самостійно опрацювати матеріал та викладати його, відповідати на запитання викладача та колег. Максимальна оцінка роботу на семінарському занятті – 5 балів. Критеріями для оцінювання виступають:

Оцінка 5 балів ставиться у випадку:

- студент вільно володіє, визначеними програмою, знаннями й уміннями;
- правильно і в достатній кількості добирає необхідні для відповіді факти;
- висловлює власне ставлення до навчального матеріалу;
- відповідь чітка і завершена;
- мова добра.

Оцінка 4 бали ставиться у відповідності з попередніми вимогами, але:

- студент має незначні ускладнення при використанні визначених програмою знань і умінь;
- при доборі фактів припускається незначних помилок;
- при виконанні тестових завдань припускається декілька помилок;

- власне ставлення студентом висловлюється, але в аргументації зустрічаються окремі неточності;

- мова добра.

Оцінка 2-3 бали ставиться в такому випадку:

- студент користується лише окремими знаннями й уміннями;
- порушує логіку викладу;
- відповідь недостатньо самостійна;
- при виконанні тестових завдань припускається помилок до 50%.
- аргументація слабка;
- є суттєві помилки в знанні фактичного матеріалу та висновках;
- мова спрощена.

Оцінка 0-1 бали ставиться в разі незнання більшої частини матеріалу, відсутності будь-якої логіки викладу, а саме:

- студент не володіє необхідними для здійснення завдання уміннями;
- головного фактичного матеріалу не знає.
- при виконанні тестових завдань припускається помилок більше 50%.

6.2.2.Залік

За повну розгорнуту відповідь на заліку студент отримує по 15 балів за кожне питання:

11-15 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

7-10 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

4-6 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-3 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

Максимальна кількість балів за залік становить 30 балів.

9. Рекомендована література

Базова

1. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина: Підручник / Клапчук В.В., Дзяк Г.В., Муравов І.В. та ін.; за ред. В.В. Клапчука, Г.В. Дзяка. – К.: Здоров'я, 1995. – 312 с.
2. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина: Тестові завдання для контролю знань студентів медичного та стоматологічного факультетів вищих медичних навчальних закладів IV рівнів акредитації (Навчальний посібник) / Абрамов В.В., Клапчук В.В., Магльований А.В., Смирнова О.Л., та ін.; за ред. проф. В.В. Клапчука та проф. А.В. Магльованого. – Дніпропетровськ: Мед академія, 2006. – 124 с.
3. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина (Вибрані лекції для студентів) / Абрамов В.В., Клапчук В.В., Смирнова О.Л. та ін.; за ред. проф. В.В. Клапчука. – Дніпропетровськ: Медакадемія, 2006. – 179 с.

Допоміжна

1. Апанасенко Г.Л., Попова Л.А. Медична валеологія. К.: Здоров'я, 1998. – 247 с.
2. Апанасенко Г.Л., Волгіна Л.Н. та ін. Експрес-скринінг рівня соматичного здоров'я населення при профілактичних оглядах. Методичні рекомендації. – Київ, 2000. – 8 с.
3. Апанасенко Г.Л., Волгіна Л.Н. та ін. Експрес-скринінг рівня соматичного здоров'я дітей та підлітків. Методичні рекомендації. – Київ, 2000. – 11 с.
4. Лікувальна фізична культура. Підручник/ В.С. Соколовський, Н.О. Романова, О.П. Юшковська. – Одеса: Одес. держ. мед. ун-т, 2005. – 234 с. – (Б-ка студента-медика).
5. Ликов О.О., Середенко Л.П., Добровольська Н.О. Лікувальна фізкультура при внутрішніх хворобах: Практикум. – Донецьк: Дон. держ. мед. ун-т, 2002. – 163 с.