

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Центральноукраїнський державний університет імені Володимира Винниченка

Факультет _____ Фізичного виховання _____

Кафедра _____ теорії та методики олімпійського і професійного спорту _____

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Завідувача кафедри

_____ Бабаліч В.А. _____

« _____ » _____ 2024 року



РОБОЧА

ПРОГРАМА

НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

_____ Спортивний травматизм _____
(шифр і назва навчальної дисципліни)

Рівень вищої освіти: _____ Перший (бакалаврський) _____

Галузь знань: _____ 01 Освіта/Педагогіка _____
(шифр, назва галузі)

Спеціальність: _____ 017 фізична культура і спорт _____
(шифр і назва спеціальності)

Освітня програма _____ Фізична культура і спорт _____
(назва)

Форма навчання _____ денна, заочна _____
(денна, заочна)

2024– 2025 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни _Спортивний травматизм ____
(назва навчальної дисципліни)

розроблена на основі освітньо-професійної програми ____ Фізична культура і спорт ____,
(назва ОПП)

навчального плану підготовки здобувачів вищої освіти освітнього ступеня
_____ бакалавр _____ за спеціальністю ____ 017 фізична культура і спорт ____
(шифр і назва спеціальності)

Розробники: Бабаліч В.А. доцент кафедри теорії та методики олімпійського і професійного спорту, кандидат педагогічних наук, доцент

(вказати авторів, їхні посади, наукові ступені та вчені звання)

Робочу програму обговорено та схвалено на засіданні кафедри

Протокол від «_15_» _____ серпня _____ 2024 року № _1_

Завідувача кафедри теорії та методики олімпійського і професійного спорту

_____ Бабаліч В.А. _____
(підпис) (прізвище та ініціали)

Робоча програма навчальної дисципліни «Спортивний травматизм» для студентів спеціальності 017 фізична культура і спорт за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти. – ЦДУ імені В. Винниченка, 2024. – 19 с.

©Бабаліч В.А., 2024 рік

1.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА
1.1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань _____ 01 Освіта/Педагогіка _____ (шифр і назва)	Нормативна	
Індивідуальне навчально-дослідне завдання _підготовка реферату_ (назва)	Спеціальність: 017 фізична культура і спорт (шифр і назва)	Рік підготовки	
		3-й	3-й
Загальна кількість годин – 90	Освітня програма: Фізична культура і спорт (шифр і назва)	Семестр	
		4-й	4-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 56	Рівень вищої освіти: Перший (бакалаврський)	Лекції	
		18 год.	4 год.
		Практичні, семінарські	
		16 год.	6 год.
		Лабораторні	
		год.	год.
		Самостійна робота	
		56 год.	80 год.
		Індивідуальні завдання:	
		год.	
Вид контролю:			
Екзамен	Екзамен		

1.2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета дисципліни формування у студентів знань про різновиди травм в спорті, принципи першої долікарської допомоги та профілактики при травмуванні.

Завдання дисципліни:

- Ознайомити з концепцією спортивних травм.
- Вивчити класифікацію спортивних травм.
- Оволодіти методами і засобами профілактики спортивних травм.
- Знати етапи надання першої долікарської допомоги при травмуванні і невідкладних станах в спорті

У результаті вивчення навчальної дисципліни у студента мають бути сформовані такі *компетентності*:

Інтегральна компетентність	
Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.	
загальні	фахові
1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. 9. Навички міжособистісної взаємодії. 11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. 13. Здатність працювати автономно, ухвалювати рішення та діяти, дотримуючись принципу неприпустимості корупції та будь-яких інших проявів не доброчесності.	9. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів. 14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

1.3. Очікувані програмні результати навчання:

У результаті вивчення навчальної дисципліни студенти зможуть:

14. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.
15. Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.
16. Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.
21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.
22. Працювати самостійно та незалежно, приймати обґрунтовані рішення та нести відповідальність за їх наслідки, діяти чесно та доброчесно, уникаючи плагіату, корупції та інших форм не доброчесної поведінки.

2. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Розділ 1. Вступ до дисципліни «Основи спортивного травматизму».

Тема 1. Загальна характеристика спортивних травм

Причини спортивного травматизму. Механізм виникнення спортивної травми. Поняття про екзогенний та ендогенний травматизм. Закономірності та поширення спортивної травми.

Тема 2. Попередження спортивних травм, усунення наслідків спортивних травм.

Основи профілактики спортивних травм. Розминка, її структура. Принцип FITT. Взаємозалежність станів перетренованості і видів травматизму. Методи, засоби профілактики травматизму спортсменів. Стретчинг.

Розділ 2. Види спортивних травм

Тема 3. Спортивні травми шкіри, шиї і голови. Верхніх кінцівок.

Причини, симптоми, ускладнення, перша допомога, реабілітація і профілактика, довгостроковий прогноз.

Тема 4. Спортивні травми плечового поясу.

Причини, симптоми, ускладнення, перша допомога, реабілітація і профілактика, довгостроковий прогноз

Тема 5. Спортивні травми спини, хребта, груді, тазу.

Причини, симптоми, ускладнення, перша допомога, реабілітація і профілактика, довгостроковий прогноз

Тема 6. Спортивні травми нижніх кінцівок.

Причини, симптоми, ускладнення, перша допомога, реабілітація і профілактика, довгостроковий прогноз

Розділ 3. Невідкладні стани в спорті

Тема 7. Невідкладні стани в спорті.

Зомління, колапс, стенокардія, гіпертонічний криз, брадиаритмія, тахікардія, астматичний статус, травматичний шок, гіпертермія, сонячний удар, тепловий колапс, теплові судоми, теплове виснаження внаслідок зневоднення, теплове виснаження внаслідок знесилання, теплова травма під час фізичного напруження, переохолодження, коматозні стани, судомний синдром, раптова смерть в наслідок занять спортом. Смерть у спорті через травму.

3. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви розділів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб.	інд.	СРС		л	п	лаб.	інд.	СРС
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Розділ 1. Вступ до дисципліни «Основи спортивного травматизму»												
Тема 1. Вступ до дисципліни «Основи спортивного травматизму»	4	2				2	4					2
Тема 2. Попередження спортивних травм, усунення наслідків спортивних травм.	10	2	2			6	20	2	2			20
Разом за розділом 1	14	4	2			8	24	2	2			22
Розділ 2. Види спортивних травм												
Тема 3. Спортивні травми шкіри, шиї і голови. Верхніх кінцівок.	15	4	4			7	12	2	2			11
Тема 4. Спортивні травми плечового поясу	11	2	2			7	11					9
Тема 5. Спортивні травми спини, хребта, груді, тазу	11	2	2			7	11					9
Тема 6. Спортивні травми нижніх кінцівок	11	2	2			7	10					9
Разом за Розділом 2	48	10	10			28	44	2	2			38
Розділ 3. Невідкладні стани в спорті												
Тема 7. Невідкладні стани в спорті	22	4	4			14	22		2			20
Разом за Розділом 3	22	4	4			14	22	0	2			20
Усього годин	84	18	16			50	90	4	6			80
ІНДЗ												
ІНДЗ			-	-		6			-	-	-	-
Усього годин	90	18	16			56	90	4	6			80

4. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

4.1. Теми лекційних занять

4.1.1 Денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Вступ до дисципліни «Основи спортивного травматизму»	2
2	Тема 2. Попередження спортивних травм, усунення наслідків спортивних травм.	2
3	Тема 3. Спортивні травми шкіри, шиї і голови. Верхніх кінцівок.	4
4	Тема 4. Спортивні травми плечового поясу	2
5	Тема 5. Спортивні травми спини, хребта, груді, тазу	2
6	Тема 6. Спортивні травми нижніх кінцівок	2
7	Тема 7. Невідкладні стани в спорті	4
	Разом	18

4.1.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Вступ до дисципліни «Основи спортивного травматизму». Попередження спортивних травм, усунення наслідків спортивних травм.	2
2	Спортивні травми шкіри, шиї і голови. Верхніх кінцівок. Спортивні травми плечового поясу. Спортивні травми нижніх кінцівок.	2
	Разом	4

4.2. Теми практичних занять

4.2.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 2. Попередження спортивних травм, усунення наслідків спортивних травм.	2
2	Тема 3. Спортивні травми шкіри, шиї і голови. Верхніх кінцівок.	4
3	Тема 4. Спортивні травми плечового поясу	2
4	Тема 5. Спортивні травми спини, хребта, груді, тазу	2
5	Тема 6. Спортивні травми нижніх кінцівок	2
6	Тема 7. Невідкладні стани в спорті	4
	Разом	16

4.2.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Вступ до дисципліни «Основи спортивного травматизму». Попередження спортивних травм, усунення наслідків спортивних травм.	2
2	Спортивні травми шкіри, шиї і голови. Верхніх кінцівок. Спортивні травми плечового поясу. Спортивні травми нижніх кінцівок.	2

3	Невідкладні стани в спорті	2
	Разом	6

4.3. Теми лабораторних занять

4.3.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	-	
2		
	Разом	

4.3.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	-	
2		
	Разом	

4.4. Завдання для самостійної роботи

4.4.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Вступ до дисципліни «Основи спортивного травматизму»	2
2	Тема 2. Попередження спортивних травм, усунення наслідків спортивних травм.	6
3	Тема 3. Спортивні травми шкіри, шиї і голови. Верхніх кінцівок.	7
4	Тема 4. Спортивні травми плечового поясу	7
5	Тема 5. Спортивні травми спини, хребта, груді, тазу	7
6	Тема 6. Спортивні травми нижніх кінцівок	7
7	Тема 7. Невідкладні стани в спорті	14
	Разом	50

4.4.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Вступ до дисципліни «Основи спортивного травматизму»	2
2	Тема 2. Попередження спортивних травм, усунення наслідків спортивних травм.	20
3	Тема 3. Спортивні травми шкіри, шиї і голови. Верхніх кінцівок.	11
4	Тема 4. Спортивні травми плечового поясу	9
5	Тема 5. Спортивні травми спини, хребта, груді, тазу	9
6	Тема 6. Спортивні травми нижніх кінцівок	9
7	Тема 7. Невідкладні стани в спорті	20
	Разом	80

4.5. Індивідуальне навчально-дослідне завдання Підготовка реферату

4.6. Методи навчання

Під час вивчення дисципліни «Спортивний травматизм» передбачено комплексне використання різноманітних методів організації і здійснення навчально-пізнавальної діяльності студентів та методів стимулювання і мотивації їх навчання, що сприяє розвитку творчих засад особистості майбутнього фахівця, з урахуванням індивідуальних особливостей учасників освітнього процесу.

З метою формування професійних компетентностей широко впроваджуються інноваційні методи навчання. Це – комп'ютерна підтримка освітнього процесу, впровадження інтерактивних методів навчання (робота в малих групах, мозковий штурм, ситуативне моделювання, опрацювання дискусійних питань, кейс-метод, проєктний метод тощо).

За джерелами знань на заняттях використовуються словесні (розповідь, бесіда, лекція) та практичні методи.

За рівнем самостійної розумової діяльності використовуються проблемно-інформаційний, проєктно-пошуковий, дослідницький методи.

Із метою забезпечення максимального засвоєння студентами матеріалу курсу використовуються наступні методи навчання:

- 1) Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:
 - словесні (лекція-монолог, лекція-діалог, проблемна-лекція);
 - наочні (презентація, демонстрування);
 - практичні методи (вправи; практичні завдання).
- 2) Методи стимулювання й мотивації навчально-пізнавальної діяльності:
 - метод проблемного викладу матеріалу;
 - моделювання життєвих ситуацій;
 - мозковий штурм;
 - метод опори на життєвий досвід;
 - навчальної дискусії.
- 3) Методи контролю й самоконтролю за ефективністю навчально-пізнавальної діяльності:
 - усного контролю;
 - письмового контролю;
 - самоконтролю та взаємоконтролю;
 - рецензування відповідей.

4.7. Засоби діагностики результатів навчання здобувачів освіти. Порядок та критерії виставлення балів

Контрольні заходи здійснюються з дотриманням вимог об'єктивності, індивідуального підходу, системності, всебічності.

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання можуть бути:

- екзамен;
- стандартизовані тести;
- наскрізні проєкти;
- аналітичні звіти, реферати, есе;
- розрахункові та розрахунково-графічні роботи;
- презентації результатів виконаних завдань та досліджень;
- студентські презентації та виступи на наукових заходах;
- розрахункові роботи;
- завдання на лабораторному обладнанні, реальних об'єктах тощо;
- інші види індивідуальних та групових завдань.

Використовуються такі методи контролю (усний, письмовий), які мають сприяти підвищенню мотивації студентів до навчально-пізнавальної діяльності.

Поточний контроль. *Завданням поточного контролю* є перевірка розуміння та засвоєння певної частини учбового матеріалу, рівня сформованості навичок, умінь самостійно опрацювати навчальний матеріал, здатності осмислити зміст теми.

Об'єктами поточного контролю знань студента є систематичність та активність роботи на заняттях; виконання завдань для самостійної роботи. Оцінюванню можуть підлягати: рівень знань, продемонстрований у відповідях і виступах на практичних/семінарських заняттях; активність при обговоренні питань практичного/семінарського/лабораторного заняття; результати тестування тощо.

У разі невиконання завдань поточного контролю студент має право скласти їх індивідуально до останнього практичного заняття за дозволом завідувача кафедри. Порядок такого контролю регламентований викладачем.

Підсумковий контроль. *Завданням підсумкового контролю* є перевірка розуміння студентом програмного матеріалу в цілому, логіки та взаємозв'язків між окремими розділами, здатності творчого використання накопичених знань, умінь сформулювати своє ставлення до певної проблеми навчальної дисципліни тощо.

Порядок та критерії виставлення балів Критерії та норми оцінювання знань студентів

При оцінюванні знань, умінь і навичок студентів при вивченні курсу «Спортивний травматизм» враховується:

1) наявність і характер засвоєння теоретичних знань і практичних вмінь (характеристика і профілактика перетренованості та травматизму, види контролю):

2) якість актуалізації знань з «Спортивний травматизм» (перша допомога і лікування спортивних травм, невідкладні стани в спорті, **профілактика травматизму спортсменів засобами стретчингу**).

3) рівень оволодіння відомими програмами і знання засобів і методів попередження травматизму в спорті.

4) прояв творчості і самостійності в навчально-пізнавальній діяльності:

5) якість виконання самостійної навчальної роботи (зовнішнє оформлення, своєчасність виконання, ретельність тощо). Особливими вимогами до знань студентів з предмету є:

- знання причин перетренованості і травматизму у спортсменів.
- види контролю за для запобігання перетренованості, профілактика травматизму.
- перша допомога при травмах у спорті.

Рекомендовано наступні критерії оцінки з кожного виду контролю:

Практичні заняття

5,0 б. Глибоке розкриття одного з питань. Відповідь студента повністю відповідає змісту питання. Усі основні проблеми визначені чітко. Студент досить вільно й коректно користується методичною термінологією. Знає передумови фактори ризику спортивного травматизму, симптоми діагностику, долікарську допомогу. Виконуючі практичні завдання, студент повно і правильно виконав всі заплановані завдання: вільно володіє матеріалом, розуміється на причинах, симптомах, особливостях реабілітації, знає класифікацію і види травм у спорті, може виконати першу допомогу, знає різновиди невідкладних станів. Протягом курсу підготував одну презентацію.

4,0 б. Вільне володіння матеріалом. Відповідь студента в основному відповідає змісту питання. Не всі основні проблеми визначені чітко. Студент в основному правильно використовує методичну термінологію. Невелика кількість методичних помилок не перешкоджає розумінню змісту викладеного. Виконуючі практичні завдання, студент здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартів. При розв'язанні завдань може наводити окремі приклади на підтвердження і обґрунтування певних положень о причинах, симптомах,

особливостях реабілітації, допускає помилки у класифікації і видах травм у спорті, та при виконанні першої допомоги, знає різновиди невідкладних станів.

3,0 б. Активна участь у роботі під час заняття. Відповідь студента лише частково відповідає змісту питання. Основні проблеми визначені нечітко. Студент допускає значну кількість термінологічних помилок, що ускладнює розуміння змісту викладеного. Він володіє обмеженим запасом методичних термінів. Виконуючі практичні завдання, студент здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартів. При розв'язанні завдань не завжди може наводити приклади на підтвердження і обґрунтування певних положень методів, засобів навчання. Допускає помилки в причинах, симптомах, особливостях реабілітації, а також в етапах попередження травматизму та надання першої долікарської допомоги. Не дотримується послідовності аналізу.

2,0 б. Участь у роботі практичного заняття. Відповідь студента не відповідає змісту питання. Основні проблеми не визначені. Студент майже не користується методичною термінологією. Його запас методичних термінів мінімальний. Виконуючі практичні завдання, студент володіє матеріалом на початковому рівні. Здатний зробити аналіз історичних подій по логічною виділеними частинам, може перерахувати види травматизму, невпевнено переказує матеріал.

1,0 б. на практичному занятті не приймає участі в обговоренні матеріалу. Відвідав заняття у ролі слухача.

Від 0 – відсутність на практичному занятті (залежно від обставин).

Самостійна робота: підготовка конспекту за завданням, реферату

5,0 б. Студент повно і правильно виконав всі заплановані завдання: повно і ґрунтовно написав конспект, всі пункти плану виконані в повному обсязі, робота написана відповідно вимогам до написання того типу робіт (обсяг, структура, зміст оформлення) і захищена.

4,0 б. Конспект написаний за всіма вимогами, всі пункти плану розкриті але були допущені певні неточності, не виконано аналіз видів травм. При захисті допускав помилки.

3,0 б. Конспект написаний стисло, не всі пункти плану розкриті повністю. Студент здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартів. Допускаються неповні відповіді по питанням, які вимагають фактичного матеріалу для підтвердження висунутих положень.

2,0 б. Конспект написаний стисло, не завжди повно розкрита тема. Під час захисту студент допускав неточності.

1,0 б. Конспект написаний формально не розкрита суть теми, не всі пункти розкриті, реферати оформлені не за всіма вимогами і не захищений або під час захисту допускались грубі помилки.

0 б. Конспект не підготовлений.

Усна відповідь

5,0 б. Глибоке розкриття одного з питань. Відповідь студента повністю відповідає змісту питання. Усі основні проблеми визначені чітко. Студент досить вільно й коректно користується методичною термінологією. Він володіє повним запасом методичних термінів. Виконуючі практичні завдання, студент повно і правильно виконав всі заплановані завдання: вільно володіє матеріалом, розуміється в спрямованості технічних характеристик виду, висвітлює питання спортивного травматизму з позицій структурно-програмованого навчання. До практичного заняття підготовлений конспект за завданням. З представленими усіма пунктами плану.

4,0 б. Вільне володіння матеріалом. Відповідь студента в основному відповідає змісту питання. Не всі основні проблеми визначені чітко. Студент в основному правильно використовує методичну термінологію. Невелика кількість термінологічних помилок не перешкоджає розумінню змісту викладеного. Виконуючі практичні завдання, студент здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартів. При розв'язанні завдань може наводити окремі приклади на підтвердження і обґрунтування певних положень травматизму в спорті. Конспект написаний за всіма пунктами плану, однак аналіз помилок невиконаний у повному обсязі.

3,0 б. Відповідь студента лише частково відповідає змісту питання. Основні проблеми визначені нечітко. Студент допускає значну кількість термінологічних помилок, що ускладнює розуміння змісту викладеного. Він володіє обмеженим запасом методичних термінів. Виконуючі практичні завдання, студент здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартів. При розв'язанні завдань не завжди може наводити приклади на підтвердження і обґрунтування певних положень травматизму в спорті.

2,0 б. Відповідь студента не відповідає змісту питання. Основні проблеми не визначені. Студент майже не користується методичною термінологією. Його запас методичних термінів мінімальний. Виконуючі практичні завдання, студент володіє матеріалом на початковому рівні. Здатний зробити аналіз травматизму спортсменів тільки в обраному виді спорту по логічно виділеним критеріям.

1,0 б. Студент не відповідає на запитання. Розрізняє основи травматизму в спорті на рівні образного сприйняття.

Від 0 б. відсутня відповідь

Критерії оцінювання презентації та практичного завдання

При оцінці презентації враховуються такі позиції:

Зміст

Розкрито всі аспекти теми

Матеріал викладений у доступній формі

Слайди розташовані в логічній послідовності

Заключний слайд із висновками

Бібліографія з перерахуванням всіх використаних ресурсів

Елементи оформлення

Зміна слайдів

Дизайн

Анімація: стандартні, установка ефектів при зміні слайдів

Графіки, діаграми, малюнки

Елементи творчості

Оригінальність і винахідливі приклади

5,0 б. У презентації відображено глибоке розуміння та усвідомлення матеріалу, творчий підхід до поставлених задач. Під час аналізу-інтерпретації зроблені самостійні висновки, аргументація, висловлене власне ставлення до проблеми. Малюнки, звуки, фото, анімації – у кількості, виправданій змістом презентації. Робота виконана творчо і самостійно. Презентація характеризується оригінальністю

4,0 б. Презентація має задовольняти всім критеріям нижчого рівня і одному або двом таким: відображає глибокий пошук при дослідженні та застосування навичок мислення високого рівня; показує явне поглиблення та розуміння теми; притягує увагу аудиторії.

3,0 б. Проект має чіткі цілі, відповідні темі. Включена інформація добута із різноманітних джерел. Проект корисний не тільки для студентів, які його створили.

2,0 б. Проект представляє інформацію, яка структурована у формі опорного конспекту, зрозуміло для аудиторії. Зроблений акцент на важливих питаннях.

1,0 б. Проект сфокусований на темі, але не висвітлює її. Наявна певна організаційна структура, але вона не явна з показу. Можуть бути фактичні помилки чи незрозумілості, але вони не значні

0 б. Презентація або практичне завдання не виконано.

Критерії оцінювання повідомлення

При оцінці відповіді необхідно виділити наступні елементи:

Актуальність описаної проблеми та реальність запропонованого механізму вирішення даної проблеми.

Подання власної точки зору (позиції, ставлення) при розкритті проблеми. Розкриття проблеми на теоретичному рівні (у порівнянні і з обґрунтуваннями). Логіка в аргументації своєї точки зору, врахування реальних обставин суспільного життя та власного життєвого досвіду.

Оригінальність підходу до вирішення проблем. Узгодженість в тексті ключових тез та аргументів. Несуперечність особистісних суджень.

5,0 б. Відображена світоглядна позиція автора, його погляд на сутність проблеми. Проблема розкрита на теоретичному рівні, у зв'язках і з обґрунтуваннями, з точним і повним використанням фахових термінів і понять у контексті відповіді. Робота логічна, послідовна, композиційно чітка. Дано аргументацію своєї думки з опорою на факти або особистий досвід.

4,0 б. Представлено власну точку зору (позицію, ставлення) при розкритті проблеми. Проблема розкрита на теоретичному рівні, з обґрунтуваннями, з достатнім використанням фахових термінів і понять у контексті відповіді. Власна думка аргументована фактами або особистим досвідом.

3,0 б. Представлено власну точку зору при розкритті проблеми. Проблема розкрита з використанням основних термінів і понять у контексті відповіді (теоретичні зв'язки й обґрунтування не присутні або явно не простежуються). Дано аргументацію своєї думки з опорою на факти.

2,0 б. Проблема розкрита при формальному використанні фахових термінів. Власна думка не достатньо аргументована фактами або власним досвідом.

1,0 б. Представлено власну позицію за даною проблематикою на побутовому рівні без аргументації. Проблема не розкрита або дана інформація не в контексті завдання.

0 б. Повідомлення не зроблено

Критерії оцінювання термінологічного словника (ТС)

5,0 б ТС оформлений бездоганно, в словнику виконано опис не менше ніж 25 – 30 термінів.

4,0 б ТС оформлений, в словнику виконано опис не менше ніж 20 термінів.

3,0 б ТС оформлений, в словнику виконано опис не менше ніж 15 термінів.

2,0 б ТС оформлений, в словнику виконано опис не менше ніж 10 термінів.

1,0 б Т С оформлений, в словнику виконано опис не менше ніж 5 термінів.

Критерії оцінювання конспекту курсу

5,0 б. Конспект оформлений згідно стандартних вимог, законспектовані всі лекції.

4,0 б. Конспект оформлений згідно стандартних вимог, лекції законспектовані на 75%.

3,0 б. Конспект оформлений згідно стандартних вимог, лекції законспектовані на 50%.

2,0 б. Конспект неохайний, законспектовано 25% від всього матеріалу.

1,0 б. Конспект неохайний, законспектовано 10% від всього матеріалу.

0 б. Конспект не підготовлений.

Відповідь на екзамені – 40 балів (4 завдання по 10 балів)

Екзаменаційний білет складається з 4 запитань. 1-3 запитання оцінюються за 10-ти бальною шкалою наведеною нижче. Останнє 4-те завдання складається з трьох тестових завдань різної складності тому оцінюється таким чином: за правильну відповідь першого тестового завдання – 2 бали, за кожну правильну відповідь другого і третього тестового завдання по 4 бали.

10,0 б. Заслуговує студент, який виявляє ґрунтовні та всебічні знання з предмета передбачені програмою, логічно і послідовно його викладає, вміє пов'язати теорію з практикою, виявляє творчий підхід у виконанні поставлених завдань, володіє методикою узагальнення і викладу суті проблеми за основною і додатковою літературою. Студент обдуманно та не вагаючись відповідає на поставлене питання.

9,0 б. Заслуговує студент, який глибоко та всебічно засвоїв весь програмний матеріал, виконує запропоновані завдання лише з незначною кількістю помилок та недостатньо ознайомлений з додатковою літературою. Студент вміє зіставляти та узагальнювати, робить висновки та виявляє творчий інтерес до предмета.

8,0 б. Заслуговує студент, який вагається з відповідями на запропоновані завдання, що стосуються предмета, але на додаткові запитання дає чіткі відповіді. Студент не ознайомлений з додатковою літературою передбаченою навчальною програмою та виявляє пізнавальний інтерес до дисципліни.

7,0 б. Заслуговує студент, який засвоїв увесь програмний матеріал, ознайомлений з основною літературою передбаченою навчальною програмою, вагається з відповідями на поставлене завдання що відповідає предмету, тому викладач ставить додаткові запитання для уточнення відповіді. Загалом рівень знань студента вище середнього, але при відповідях студент робить кілька не принципових помилок.

6,0 б. Якщо студент продемонстрував достатній рівень розуміння програмного матеріалу, то він заслуговує шість балів.

5,0 б. Заслуговує студент, який потребує додаткових запитань для уточнення окремих відповідей на поставлені запитання з основного програмного матеріалу що відповідають предмету. Загалом така оцінка передбачає правильну роботу з певною кількістю грубих помилок.

4,0 б. Заслуговує студент, який нечітко дає відповіді, непогано виконує поставлені завдання що стосуються предмету, але зі значною кількістю помилок, володіє навчальним матеріалом на репродуктивному рівні та не виявляє самостійного творчого мислення.

3,0 б. Достатнє виконання студентом поставленого завдання що відповідає предмету, яке задовольняє мінімальні критерії необхідних знань, умінь та навичок передбачених навчальною програмою. Також студент не осмислює запропоновану ситуацію, не знає окремих питань програми, виявляє поверхневі знання з дисципліни.

2,0 б. Якщо студент допускає суттєві помилки при формулюванні основних положень курсу, ознайомлений та відтворює навчальний матеріал на рівні окремих фактів і фрагментів. З таким студентом потрібно попрацювати додатково ніж ставити оцінку за предмет.

1,0 б. Заслуговує студент, який має великі труднощі з викладом теоретичних знань та при вирішенні практичних завдань, допускає принципові помилки та неспроможній їх виправити.

4.8. Перелік програмових питань для самоконтролю:

Дайте загальну характеристику спортивних травм.

Поняття «спортивна травма», травматизм в спорті.

Поширеність і важкість спортивних травм.

Класифікація причин виникнення спортивних травм.

Недоліки й помилки в методиці проведення тренувань як причина виникнення спортивних травм

Недоліки в організації занять і змагань як причина виникнення спортивних травм.

Назвіть та обґрунтуйте найбільш вразливі частини тіла спортсменів до травм.

Анатомічна характеристика м'язів, кісток, хрящів, суглобів з урахуванням спортивних травм.

Класифікація спортивних травм.

Спортивні травми шкіри. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми шиї і голови. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми кінцівок рук. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми зап'ясток та передпліччя. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми ліктів. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми плечового поясу. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми верхніх частин рук. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми спини хребта. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми спини груді. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми тазу. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми стегон. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми колін. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми гомілки. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми гомілковостопних суглобів. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Спортивні травми стоп. Причини, симптоми, перша допомога, реабілітація.

Попередження спортивних травм. Розминка, її структура.
Попередження спортивних травм. Принцип FITT. Взаємозалежність станів перетренованості і видів травматизму.
Попередження спортивних травм. Засоби профілактики травматизму спортсменів.
Попередження спортивних травм. Стретчинг.
Усунення наслідків спортивних травм.
Основи надання першої медичної допомоги.
Принципи надання першої допомоги.
Алгоритм надання першої допомоги.
Засоби першої допомоги.
Ознаки життя і смерті.
Рекомендації по лікуванню і реабілітації після травмування. Відновлення компонентів спортивної форми.
Невідкладні стани в спорті. Причини, профілактика та допомога при нещасних випадках на воді. Клініка істинного утоплення в морській та прісній воді. Ознаки асфіксічного утоплення. Причини загибелі на воді.
Невідкладні стани в спорті. Правило та методика проведення серцево-легеневої реанімації.
Ознаки клінічної смерті.
Невідкладні стани в спорті. Профілактика та перша допомога при гравітаційному шоку.
Невідкладні стани в спорті. Перша допомога при втраті свідомості.
Невідкладні стани в спорті. Перша допомога при нокауті і струсі головного мозку.
Невідкладні стани в спорті. Раптова смерть в спорті.
Невідкладні стани в спорті. Клініка теплового та сонячного удару.
Невідкладні стани в спорті. Перша допомога при укусах отруйних комах.
Невідкладні стани в спорті. Гіпоглікемічний стан, клініка, профілактика, перша допомога.
Невідкладні стани в спорті. Клініка та профілактика теплового та сонячного удару

4.9. Схема нарахування балів, які отримують студенти

Студент повинен підготувати під час практичних занять низку матеріалів.

Тема 1,2. 5 балів – усна відповідь на практичному занятті або 5 балів – підготовка презентації.

Тема 3,4. 5 балів – усна відповідь на практичному занятті або 5 балів – підготовка конспекту за завданням.

Тема 5,6. 5 балів – усна відповідь на практичному занятті або 5 балів – підготовка презентації.

Тема 7. 10 балів – усна відповідь на практичному занятті або 5 балів – підготовка конспекту за завданням.

Індивідуальне завдання. Розробка комплексу вправ зі стретчингу і проведення розминки 5 балів.

КР – 15 балів.

Відповідь на екзамені – 40 балів.

Поточне тестування та самостійна робота							Екзамен	Сума			
Розділ 1		Розділ 2				Розділ 3	ІНД	Контрольна робота/ підсумкові завдання	Разом	Макс. - 40	100
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7					
5	5	5	5	5	5	10	5	15	60		

Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою	
	для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90-100	відмінно	зараховано
82-89	добре	
74-81		
64-73	задовільно	
60-63		
35-59	незадовільно	незараховано
1-34	незадовільно	незараховано

5. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

5.1. Рекомендована література

Основна

1. Анатомия спортивных травм / Б. Уолкер: Попурри, 2019. 272с.
2. Клапчук В.В., Дзяк Г.В., Муравов І.В. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина. К. Здоров'я, 1995. 312 с.
3. Мелега К.П. Невідкладна допомога при травмах і захворюваннях у спортсменів: Навчально-методичний посібник. Ужгород: Вид-во УжНУ, 2005. 50 с.
4. Назар П.С., Шевченко О.О., Гусев Т.П. Медико-біологічні основи фізичної культури та спорту. К.: Олімп. л-ра, 2013. 328 с.
5. Практикум з валеології. Основи долікарської 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.
6. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагарова та ін. К.: Медицина, 2008. 248 с.
7. Спортивна медицина України: історія сьогодення та майбутнє. / за ред. В.В. Клапчука та Ю.П. Дехтярьова. К. Дніпропетровськ: ДеліТа, 2006. 156 с.
8. Спортивная медицина: [практ. рекомендації] / под. ред. Р. Джексона. К.: Олимпийская литература, 2003
9. Спортивные травмы. Основные принципы профилактики и лечения / Под ред. П. Ренстрема. К. : Олимп. лит., 2002. 379 с.
10. Спортивные травмы. Основные принципы профилактики и лечения / Под ред. П. Ренстрема. К. : Олимп. лит., 2002. 379 с.

Допоміжна

11. Маліков М.В., Сватъев А.В., Богдановська Н.В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗДУ, 2006. 227 с.

12. Мелега К.П., Дуло О.А., Бондарчук Н.Я. Відновлення працездатності у спортсменів: Навч. посібник для студентів вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту. Ужгород, ПоліПрінт, 2007. 100 с.

13. Мурза В.П., Архипов О.А., Хорошуха М.Ф. Спортивна медицина: Навч. посібн. для вищих навчальних закладів. К: Університет "Україна", 2007. 249 с. 5.

14. Мухін В. М. Фізична реабілітація: Підручник. - К.: Олімпійська література. 2000 р.

15. Мухін В. М. Фізична реабілітація: Підручник. К.: Олімпійська література. 2000 р.

16. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К : Олимп лит , 2004 808 с

17. Теория и методика физического воспитания: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений физического воспитания и спорта // Под ред. Т. Ю. Круцевич. – Киев: Олимпийская литература, 2003. – 423 с.

18. Шахліна Л.Я., Коган Б.Г., Терещенко Т.О. Шахліна Л.Я. Спортивна медицина. К.: Національний університет фізичного виховання та спорту України, Олімпійська література, 2018. 424 с.

19. Ячнюк І. О., Воробйов О. О., Романів Л. В., Ячнюк Ю. Б., Марценяк І. В., Білик Р. Р. Відновлювальні засоби працездатності у фізичній культурі і спорті. Чернівці: Книги ХХІ, 2009. 432 с.

5.2. Методичне забезпечення

Опорні конспекти лекцій, інтерактивний комплекс навчально-методичного забезпечення дисципліни (ІКНМЗД); нормативні документи; наочність тощо.

Лекційний курс

тексти (конспекти) лекцій – електронному варіанті на кафедрі ТМ ОПС та на сторінці дисципліни Google Classroom

- методичне забезпечення самостійної роботи студентів з опрацювання розділів – надруковано навчально-методичний комплекс з дисципліни «Спортивний травматизм» на кафедрі ТМ ОПС;
- система діагностики засвоєння навчального матеріалу лекцій – додається.

Практичні заняття

• інформаційне та методичне забезпечення самостійної роботи студентів – представлена інформація в основній і додатковій літературі, яка знаходиться у бібліотеці ФФВ та на сторінці дисципліни Google Classroom;

• система діагностики – додається перелік контрольних робіт, тести, критерії оцінювання. Також представлена в силабусі дисципліни та на сторінці дисципліни Google Classroom;

Самостійна робота студентів (самостійне вивчення частини змісту програмового матеріалу)

- система діагностики - додається.

Реферати

- методичні рекомендації до виконання, критерії оцінювання - додаються.

5.3. Інформаційні ресурси (перелік інформаційних ресурсів)

1. Невідкладні стани в спорті (презентація).
<https://www.slideshare.net/ssusera396db1/ppt-251569913>
2. Спортивна медицина (підручник)
https://new.meduniv.lviv.ua/uploads/repository/kaf/kaf_sportmed/0.2%20Naukova_metodyhna_liter_metod_rec_PhR_SM/Sportyvna%20medytsyna%20%20pidruchnyk.pdf
3. Спортивний травматизм під час занять фізичною підготовкою і його профілактика (методичний посібник) <https://www.uzhnu.edu.ua/en/infocentre/get/2681>
7. Бібліотека Верховної Ради України - <http://lib.rada.gov.ua>
8. Stanford Encyclopedia of Philosophy - <http://plato.stanford.edu>
9. Сайт Інституту філософії НАН України ім. Г.С. Сковороди - <http://filosof.com.ua>
10. Перший науковий філософсько-релігійознавчий портал - <http://tureligious.com.ua>
11. Національна бібліотека України ім. В.І. Вернадського - <http://www.nbuv.gov.ua>
12. Stanford Encyclopedia of Philosophy - <http://plato.stanford.edu>
13. The Internet Encyclopedia of Philosophy (IEP) - <http://www.iep.utm>

6. ПОЛІТИКА ЩОДО АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ

Політика щодо академічної доброчесності формується на основі дотримання принципів академічної доброчесності відповідно до Законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про наукову і науково-технічну діяльність», «Про авторське право і суміжні права», «Про видавничу справу», з урахуванням норм Положення «Про академічну свободу та академічну доброчесність в Центральноросійському державному університеті імені Володимира Винниченка» (затверджене вченою радою, протокол № 6 від 28.11.2022).