

ЗАТВЕРДЖЕНО
Методичною радою
університету
від 26.02.2020
(протокол №5)



Силабус
навчальної дисципліни
«Основи спортивної фармакології»
2022-2023 навчальний рік

Освітня програма Фізична терапія, ерготерапія у травматології та ортопедії
Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія
Галузь знань 22 Охорона здоров'я
Рівень вищої освіти Перший (бакалаврський) рівень

Викладач (і)	Расторгуєва Ірина Сергіївна
Посилання на сайт	https://edu.bdpu.org/course/view.php?id=308
Контактний тел.	+380 50 146 46 55
Е-mail викладача:	irarastorgu@gmail.com
Графік консультацій	Середа 14.20 Субота 14.20

Обсяг курсу на поточний навчальний рік:

Кількість кредитів/ годин	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	звітність
4/120	20	20	80	Залік

Семестр: 4

Мова навчання: українська

Ключові слова: .

Мета та предмет курсу: – сформувати в здобувачів вищої освіти визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей помічника реабілітолога.

Предметом навчальної дисципліни є рухова активність людини, контроль за оздоровчим ефектом занять, технології проведення рекреаційно-оздоровчих занять.

Компетентності та програмні результати навчання:

ЗК 05. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

ЗК 08. Здатність планувати та управляти часом.

ЗК 10. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК 14. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.

СК 13. Здатність навчати пацієнта/опікунів самообслуговуванню/ догляду, профілактиці захворювань, травм, ускладнень та неповносправності, здоровому способу життя.

ПР 01. Демонструвати готовність до зміцнення та збереження особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та проведення роз'яснювальної роботи серед пацієнтів/клієнтів, членів їх родин, медичних фахівців, а також покращенню довкілля громади.

ПР 09. Реалізувати індивідуальні програми фізичної терапії, ерготерапії.

ПР 10. Здійснювати заходи фізичної терапії для ліквідації або компенсації рухових порушень та активності.

ПР 11. Здійснювати заходи ерготерапії для ліквідації або компенсації функціональних та асоційованих з ними обмежень активності та участі в діяльності.

ПР 12. Застосовувати сучасні науково-доказові дані у професійній діяльності.

ПР 13. Обирати оптимальні форми, методи і прийоми, які б забезпечили шанобливе ставлення до пацієнта/клієнта, його безпеку/захист, комфорт та приватність.

ПР 14. Безпечно та ефективно використовувати обладнання для проведення реабілітаційних заходів, контролю основних життєвих показників пацієнта, допоміжні технічні засоби реабілітації для пересування та самообслуговування.

ПР 15. Вербально і не вербально спілкуватися з особами та групами співрозмовників, різними за віком, рівнем освіти, соціальною і професійною приналежністю, психологічними та когнітивними якостями тощо, у мультидисциплінарній команді.

ПР 16. Проводити інструктаж та навчання клієнтів, членів їх родин, колег і невеликих груп.

ПР 17. Оцінювати результати виконання програм фізичної терапії та ерготерапії, використовуючи відповідний інструментарій, та за потреби, модифікувати поточну діяльність.

Зміст курсу:

Змістовий модуль 1 Введення в загальну фармакологію.

Тема 1. Введення в загальну фармакологію. Предмет і завдання фармакології. Основні розділи фармакології.

Тема 2. Фармакокінетика і фармакодинаміка. Види дії ліків, принципи дозування, ускладнення при фармакотерапії.

Змістовий модуль 2 Класифікація фармакологічних засобів.

Тема 3. Класифікація фармакологічних засобів.

Основні лікарські засоби. Номенклатура лікарських засобів, принципи класифікації. Міжнародні та фірмові назви лікарських засобів.

Тема 4. Фармакологічні препарати спорту та їх своєчасне застосування. Препарати спорту: актопротектори, антигіпоксанти, антиоксиданти, адаптогени, енергизатори, імунокоректори, вітаміни, кофактори, амінокислотні і білкові препарати, стимулятори кровотворення, ноотропні засоби.

Змістовий модуль 3 Працездатність спортсмена та її фармакологічне забезпечення.

Тема 5. Фізіологічні основи спортивної працездатності.

Управління працездатністю. Фізіологічні основи працездатності спортсмена. Розлад метаболізму при великих фізичних навантаженнях. Зони і механізми енергозабезпечення м'язової діяльності

Тема 6. Фармакологічні засоби, які підвищують фізичну працездатність. Фармо-забезпечення по зонах працездатності.

Змістовий модуль 4 Фармакологія етапів підготовки спортсмена до змагань.

Тема 7. Біохімічні зміни в організмі при м'язовій діяльності.

Зміни в скелетних м'язах. Зміни в крові. Зміни в сечі.

Тема 8. Механізм відновлення після м'язової роботи.

Методи прискорення відновлення. Біохімічні закономірності адаптації до м'язової роботи.

Змістовий модуль 5 Фармакологія етапів підготовки спортсмена до змагань.

Тема 9. Фармакологія етапів підготовки спортсменів: підготовчого, передзмагального, змагального, відновного. Основні завдання підготовчого і передзмагального періодів. Групи фармакологічних препаратів, рекомендовані до застосування в дані періоди спортивної діяльності, особливості їх дозування.

Тема 10. Основні завдання змагального та відновного періодів. Групи фармакологічних препаратів, рекомендовані до застосування в дані періоди спортивної діяльності, особливості їх дозування.

Змістовий модуль 6 Застосування медичних препаратів у спорті.

Тема 11. Використання лікарських засобів для прискорення відновлення спортсменів, лікування і профілактики станів перенапруги різних систем організму

Тема 12. Корекція окремих станів у спорті. Основні синдроми порушення діяльності систем і органів: перенапруження центральної нервової системи, перенапруження серцево-судинної системи, перенапруження печінки (печінково-больовий синдром), перенапруження нервово-м'язового апарату (м'язово-больовий синдром). Клінічна характеристика синдромів, фармакологічна корекція.

Змістовий модуль 7. Фармакологічне забезпечення за видами спорту

Тема 13. Фармакологічне забезпечення за видами спорту. Особливості метаболізму у видах спорту.

Тема 14. Добові потреби у вітамінах і амінокислотах спортсменів різної спеціалізації. Особливості застосування вітамінних препаратів. Токсичні ефекти передозувань.

Змістовий модуль 8. Допінг.

Тема 15. Класифікація та застосування допінгів.

Анаболічні стероїди (АС). Наслідки тривалого прийому анаболічних стероїдів на різні органи і системи організму спортсмена. Розпад стероїдів в організмі. Допінги нестероїдної структури. Генетичний допінг.

Тема 16. Спортивні змагання та допінги.

Допінг-контроль: організація, порядок проведення. Санкції до спортсменів, викритих у застосуванні допінгу. Гострі отруєння допінг. Правові аспекти застосування допінгу.

Методи навчання:

Словесні: пояснення, розповідь, лекція, бесіда (вступна, бесіда-повідомлення, бесіда-повторення).

Наочні: ілюстрування, демонстрування, самостійне спостереження.

Практичні: вправи, практичні роботи.

Методи оволодіння знаннями, формування умінь і навичок, застосування отриманих знань, умінь і навичок.

Метод навчальної дискусії – суперечка, обговорення будь-якого питання навчального матеріалу.

Метод створення ситуації новизни навчального матеріалу; метод опори на життєвий досвід здобувачів.

Метод усного контролю: основне запитання, додаткові, допоміжні; запитання у вигляді проблеми; індивідуальне, фронтальне опитування і комбіноване; метод письмового контролю; метод тестового контролю.

Політика курсу (особливості проведення навчальних занять): активні методи навчання, закріплення знань.

Технічне й програмне забезпечення/обладнання, наочність: мультимедійний проектор, інтернет-ресурси, лекційна аудиторія, таблиці, доступ до wi-fi

Система оцінювання та вимоги: накопичувальна бально-рейтингова

Оцінка за університетською шкалою	Оцінка за шкалою ЄКТС
90-100	A
78-89	B
65-77	C
58-64	D
50-57	E

35-49	FX (з можливістю повторного складання)
1-34	F з обов'язковим повторним вивченням ОК

Список рекомендованих джерел:

Основні:

1. Апанасенко Л.Г. Санологія (медичні аспекти валеології): підручник для слухачів факультетів післядипломної освіти. / Апанасенко Л.Г., Попова Л.А., Магльований А.В. – Львів: ПП «Кварт», 2015. – 303с.
2. Горго Ю.П., Маліков М.В., Богдановська Н.В. Оцінка та керування функціональними станами людини: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. - Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2005. - 135 с.
3. Дутчак М.В. Спорт для всіх в Україні: теорія та практика / М.В. Дутчак. – К.: Олімпійська література, 2009. – 279 с.
4. Теорія і методика фізичного виховання: у двох томах / [ред. Т.Ю. Круцевич]. – К.: Олімпійська література, 2008. – Том 2. – 367 с.
5. Уилмор Дж.Х. Физиология спорта и двигательной активности / Уилмор Дж.Х., Костилл Д.Л. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 504с.
6. Фаворитов В.М. Фармакологічне супроводження в спорті: Навчальний посібник для студентів факультету фізичного виховання. - Запоріжжя: ЗНУ, 2011. -96 с.
7. Эдвард Т. Хоули, Б. Дон Френке Руководство инструктора оздоровительного фитнеса. – Киев: "Олімпійська література", 2004. – 359 с.

Допоміжні:

1. Анохін П.К. Теорія функціональної системи // Успіхи фізіолого. наук, 1970, т.1, № 1, с. 19-54.
2. Анохін П.К. Вузлові питання теорії функціональної системи. - М.: Наука, 1980. - 197 с.
3. Верхошанський Ю.В. На шляху до наукової теорії та методології спортивного тренування // Теор. і практ. фіз. культ. 1998, № 2, с. 21-42.
4. Верхошанський Ю.В. Горизонти наукової теорії та методології спортивного тренування // Теор. і практ. фіз. культ. 1998, № 7, с. 41-54.
5. Допинг и эргогенные средства в спорте / Под общ. ред. В.Н. Платонова. - К.: Олимпийская литература, 2003. - 576 с.

6. Конюшек С. Доцільність застосування рослинних адаптогенів у важкій атлетиці / Сергій. Конюшек // Молода спортивна наука України,-2008.-Т. 3.- С. 126-131.
7. Матвеев Л.П. До дискусії про теорії спортивного тренування // Теор. и практ. фіз. культ. 1998, № 7, с. 55-61.
8. Матвеев Л.П. Категорії "розвиток", "адаптація" і "виховання" в теорії фізичної культури і спорту (давні, але не старіючі та нові ідеї) // Теор. и практ. фіз. культ. 1999, № 1, с. 2-11
9. Олейник С.А. Антигипоксанти в спортивній медицине и практике спортивной подготовки / С.А. Олейник, Н.А. Горчакова, Л.М. Гунина //Спортивна медицина. - 2008. -№ 1. - С. 66-73.
- 10.Павлов С.Є. Сучасна спортивна медицина / Вісник спортивної медицини, 1999, № 3 (24), с. 46.
- 11.Павлов С.Є. Основи теорії адаптації та спортивне тренування.// Теор. и практ. фіз. культ., 1991, № 1, с. 12-17.
12. Суслов Ф.П., Філін В.П. Дійсна або уявна криза сучасної теорії спорту // Теор. и практ. фіз. культ. 1998, № 6, с. 50-53.
13. Суслов Ф.П., Шепель В.П. Структура річного змагально-тренувального циклу підготовки: реальність та ілюзії // Теор. и практ. фіз. культ. 1999, № 9, с. 57-61.