Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Кубанский государственный университет»
в г. Славянске-на-Кубани

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по работе с филиалами
ФГБОУ ВО «Кубанский
государственный университет»

_____А.А. Евдокимов

«14» июня 2019 г.

Рабочая программа учебной дисциплины

ОП.04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ

специальность 49.02.01 Физическая культура

Краснодар 2019

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11 августа 2014 г. № 976, зарегистрирован в Министерстве юстиции 25.08.2014 (рег. № 33826)

Дисциплина	ОП.04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНГО КОНТРОЛЯ
Форма обучения	очная
Учебный год	2019-2020
3 курс	6 семестр
лекции	42 час.
практические занятия	22 час.
самостоятельные занятия	32 час.
форма промежуточной аттестации	зачет

Составитель: преподаватель_____ И.Т. Коротенко
подпись

Утверждена на заседании цикловой комиссии общеобразовательных дисциплин, протокол № 10 от 11 июня 2019 г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии
общеобразовательных дисциплин _____ Г. В. Щетинина
«11» июня 2019 г.

Рецензент (-ы):

Директор МБОУ ДОД ДЮСШ №1 им. С.Т. Шевченко г. Славянска-на-Кубани Муниципального образования Славянский район _____ Р.М. Прищепа
подпись, печать

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет» в г. Славянске-на-Кубани _____ А.В. Полянский
подпись

ЛИСТ
согласования рабочей программы по учебной дисциплине

Специальность среднего профессионального образования:
49.02.01 Физическая культура

СОГЛАСОВАНО:

Нач. УМО филиала — А.С. Демченко «13» июня 2019 г.

Заведующая библиотекой филиала — М.В. Фуфалько «13» июня 2019 г.

Нач. ИВЦ (программно-информационное обеспечение образовательной программы — В.А. Ткаченко «13» июня 2019

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ…… 5
1.1 Область применения учебной программы…….. 5
1.2 Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена…… 5
1.3 Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины..... 7
1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (перечень формируемых компетенций)..... 8
2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ……. 18
2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы…….. 18
2.2 Структура дисциплины……... 18
2.3 Тематический план и содержание учебных занятий…… 19
2.4 Содержание разделов дисциплины…….…… 23
2.4.1 Занятия лекционного типа……... 23
2.4.2 Занятия семинарского типа...……... 26
2.4.3 Практические занятия (лабораторные занятия)……. 26
2.4.4 Содержание самостоятельной работы (Примерная тематика рефератов) 27
2.4.5 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине……..... 29
3 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ……... 32
3.1 Образовательные технологии при проведении лекций..... 32
3.2 Образовательные технологии при проведении практических занятий (лабораторных работ)..... 32
4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ…. 34
4.1 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине……... 34
4.2 Перечень необходимого программного обеспечения…….. 34
5 ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНЫХ И ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ, НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ…… 35
5.1 Основная литература……... 35
5.2 Дополнительная литература……... 35
5.3 Периодические издания…….. 35
5.4 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины……..... 35
6 МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ……. 37
7 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ…….. 40
7.1 Паспорт фонда оценочных средств…… 40
7.2 Критерии оценки результатов обучения…… 41
7.3 Оценочные средства для проведения текущей аттестации…… 42
7.4 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации..……... 47
7.4.1 Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации (экзамен, зачёта, диф.зачет)……..…….. 47
7.4.2 Примерные экзаменационные задачи на экзамен/диф зачет …..... 49
8 ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ……..... 51

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Область применения учебной программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы врачебного контроля» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС среднего профессионального образования по специальности 49.02.01. «Физическая культура».

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Дисциплина «Основы врачебного контроля» входит в профессиональный учебный цикл (общепрофессиональные дисциплины) программы подготовки специалистов среднего звена.

Дисциплина ОП.04 «Основы врачебного контроля» входит в блок общепрофессиональный дисциплин. Для освоения дисциплины студенты используют знания, умения и навыки, сформированные на дисциплинах: « Анатомия», «Гигиенические основы физкультуры и спорта», «Основы медицинских знаний» (ПК 1.4, 1.5, 2.4, 2.5). Компетенции, формируемые по предшествующим дисциплинам и необходимые при изучении дисциплины «Основы врачебного контроля»:

ПК 1.4.Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

№ п. п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	практический опыт (владеть)
1.	ПК 1.4	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях	основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека; строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, ОП.01. Анатомия ОК 1 - 11 ПК 1.1 - 1.6, 2.1, 3.3, 3.5 ФГОС СПО 49.02.01 Страница12 из 43 дыхательной, покровной, выделительной, половой,	определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; определять возрастные особенности строения организма человека; применять знания по анатомии в профессиональной деятельности; определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся,	навыками определения топографического расположения и строения органов и частей тела; методиками определения возрастных особенностей строения организма человека; методами определения антропометрическ

№ п. п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	практический опыт (владеть)
			эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами; основные закономерности роста и развития организма человека; возрастную морфологию, анатомо - физиологические особенности детей, подростков и молодежи; анатомо - морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам; динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения; способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков	отслеживать динамику изменений; отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом	их показателей, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений; навыками отслеживания динамики изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом
2	ПК 1.5	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью	основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека; строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, ОП.01. Анатомия ОК 1 - 11 ПК 1.1 - 1.6, 2.1, 3.3, 3.5 ФГОС СПО 49.02.01 Страница12 из 43 дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами; основные закономерности роста и развития организма человека; возрастную морфологию, анатомо - физиологические особенности детей, подростков и молодежи; анатомо - морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам; динамическую и функциональную	определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; определять возрастные особенности строения организма человека; применять знания по анатомии в профессиональной деятельности; определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений; отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом	навыками определения топографического расположения и строения органов и частей тела; методиками определения возрастных особенностей строения организма человека; методами определения антропометрических показателей, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений; навыками отслеживания динамики изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической

№ п. п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	практический опыт (владеть)
			анатомию систем обеспечения и регуляции движения; способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков		культурой и спортом
5	ПК 2.4	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	Осуществление педагогического контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	Навыками осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий
4	ПК 2.5	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных	Организацию, обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом	Организовывать, обустраивать и эксплуатировать спортивные сооружения и места занятий физической культурой и	Навыками организовывать, обустраивать и эксплуатировать спортивные сооружения и

Изучение дисциплины «Основы врачебного контроля » предваряет изучение дисциплин: «Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов», «Организация соревновательной деятельности в школе».

1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

Цель дисциплины: Научиться организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия, осуществлять педагогический и врачебный контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта, организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

Задачи дисциплины: формирование системы знаний о врачебном контроле; формирование умения использовать приобретенные знания в повседневной жизни для оценки последствий своей деятельности; формирование компетенций в учебном процессе: в ходе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

-измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;

- оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов;

- оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте;

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений,

- обсуждать их результаты;

- проводить простейшие функциональные пробы;

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений,

-обсуждать их результаты;

- проводить простейшие функциональные пробы;

Педагог по физической культуре и спорту должен обладать общим компетенциями, включающими в себя способность*:*

- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес;

- организовывать собственную деятельность,

- определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество;

оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях - определять суточный расход энергии, составлять меню;

- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях, при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-тренировочного процесса;

- обеспечивать соблюдение гигиенических требований при подготовке спортсменов;

- использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья;

- использовать основные способы защиты от последствий аварий, катастроф и стихийных бедствий;

- обеспечивать высокий уровень своей физической формы;

- адекватно реагировать на опасные и чрезвычайные ситуации;

- соблюдать правила здорового питания.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;

- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;

- основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 96 часов, в том числе:
обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 64часа;
самостоятельная работа обучающегося 32 часа.

1.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (перечень формируемых компетенций)

Учащийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	практический опыт (владеть)
	ОК-1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	гигиенические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; понятия метаболизма, гомеостаза, адаптации человека	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	методами измерения и оценки физиологических показателей организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов
	ОК-2	Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями и спортом; гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов; гигиенические основы закаливания	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов использовать методы физического воспитания и са-	методами измерения и оценки физиологических показателей организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов - информационно-коммуникационными технологиями в про-

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	практический опыт (владеть)
				мовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья	фессиональной деятельности; приемами формирования мотивации к здоровому образу жизни
1.	ОК-3	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	определение понятий здоровья, болезни, промежуточного состояния; неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы, желудочно-кишечного тракта, эндокринной системы; взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов останавливать кровотечения различными способами; оказать первую помощь при ушибах, растяжениях, переломах и термических повреждениях. выполнять простейшие приемы реанимации;	методами измерения и оценки физиологических показателей организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов навыками обработки раны и наложения асептической повязки; - навыками наложения жгута при артериальном кровотечении
2.	ОК-4	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; регулирующие функции нервной и эндокринной систем; роль центральной нервной системы в регуляции движений; особенности физиологии детей, подростков и молодежи; взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления	использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой; измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	использовать биохимические показатели для определения нагрузок при занятиях физической культурой; методами измерения и оценки физиологических показателей организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов
3.	ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные	взаимосвязи физических нагрузок и функциональных	использовать знания биохимии для определения	использовать биохимические показатели для определения

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	практический опыт (владеть)
		технологии для совершенствования профессиональной деятельности	возможностей организма; физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; биохимические основы питания; общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой; возрастные особенности биохимического состояния организма;	нагрузок при занятиях физической культурой; измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	нагрузок при занятиях физической культурой; методами измерения и оценки физиологических показателей организма методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов
4.	ОК-6	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся	гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза	использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);	приемами формирования мотивации к здоровому образу жизни; комплексом мер, направленных на формирование у детей стремления соблюдать правила и нормы здоровому образу жизни
5.	ОК-7	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	гигиенические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека; физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации; гигиенические требования при подготовке спортсменов	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	методами измерения и оценки физиологических показателей организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов -методами физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья
6.	ОК-8	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	основные показатели здоровья; Принципы и методы формирования здорового образа жизни; Принципы здорового питания и значение сбалансированного питания для здоровья	обеспечивать высокий уровень своей физической формы; адекватно реагировать на опасные и чрезвычайные ситуации;	информационно-коммуникационными технологиями в профессиональной деятельности

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	практический опыт (владеть)
			человека	соблюдать правила здорового питания	
7.	ОК-9	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий	физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации	использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой; измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	использовать биохимические показатели для определения нагрузок при занятиях физической культурой; методами измерения и оценки физиологических показателей организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов
8.	ОК-10	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся	Гигиенические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; фгигиенические основы тренировки силы, быстроты, выносливости	оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте	методами оценки оценивать факторов внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте
9.	ОК-11	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих	гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и спортом различных возрастных групп занимающихся	-обеспечивать соблюдение гигиенических требований при подготовке спортсменов; -использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья	информационно-коммуникационными технологиями в профессиональной деятельности
10.	ОК-12	Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.	гигиенические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; физио-	использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой; измерять и оценивать физиологические показатели	использовать биохимические показатели для определения нагрузок при занятиях физической культурой; методами измерения и оценки физиологических показателей

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	практический опыт (владеть)
			логические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации;	организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов
11.	ПК-2.1	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации; биохимические основы развития физических качеств	оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов
12.	ПК-2.2	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	биохимические основы развития физических качеств; биохимические основы питания; общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой; возрастные особенности биохимического состояния организма	использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой; измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	использовать биохимические показатели для определения нагрузок при занятиях физической культурой; методами измерения и оценки физиологических показателей организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов
13.	ПК-2.3	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия	физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; физио-	использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой; измерять и оценивать физиологические показатели	использовать биохимические показатели для определения нагрузок при занятиях физической культурой; методами измерения и оценки физиологических показателей

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	практический опыт (владеть)
			логические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного от	организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов
14.	ПК-2.4	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	биохимические основы развития физических качеств; биохимические основы питания; общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой; возрастные особенности биохимического состояния организма; методы контроля	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	методами измерения и оценки физиологических показателей организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов
15.	ПК-2.5	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом	физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации	использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой; измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	использовать биохимические показатели для определения нагрузок при занятиях физической культурой; методами измерения и оценки физиологических показателей организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов
16.	ПК-2.6	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом	особенности физиологии детей, подростков и молодежи; взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; физиологические основы тренировки силы, быстроты, выноспи-	использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой; измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	использовать биохимические показатели для определения нагрузок при занятиях физической культурой; методами измерения и оценки физиологических показателей организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	практический опыт (владеть)
			вости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации		
17.	ПК-3.1	Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта	особенности физиологии детей, подростков и молодежи; взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации	оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте	методами оценки оценивать факторов внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте
18.	ПК-3.2	Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения	особенности гигиены детей, подростков и молодежи; взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации	оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте	методами оценки оценивать факторов внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте
19.	ПК-3.3	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельно-	особенности гигиены детей, подростков и молодежи; взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; физиологические закономерности двига-	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том	методами измерения и оценки физиологических показателей организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	практический опыт (владеть)
		сти других педагогов	тельной активности и процессов восстановления; механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации	числе с помощью лабораторных методов	помощью лабораторных методов
20.	ПК-3.4	Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	особенности физиологии детей, подростков и молодежи; взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	методами измерения и оценки физиологических показателей организма; методами оценки функционального состояния человека и его работоспособности, в том числе с помощью лабораторных методов

2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	96
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	64
в том числе:	
занятия лекционного типа	42
практические занятия	22
лабораторные занятия	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	32
в том числе:	
реферат	6
консультации	6
самостоятельная внеаудиторная работа в виде домашних практических заданий, индивидуальных заданий, самостоятельного подбора и изучения дополнительного теоретического материала	20
Промежуточная аттестация в форме зачета	

2.2. Структура дисциплины:

Наименование разделов и тем	Всего	Количество аудиторных часов		Самостоятельная работа студента (час)
		Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	
Раздел 1 Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом	**18**	**6**	**6**	**6**
Тема 1.1 Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом	6	2	2	2
Тема 1.2 Текущий, этапный срочный и углубленный контроль в спортивной медицине	6	2	2	2
Тема 1.3 Особенности врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами	6	2	2	2
Раздел 2 Восстановление и повышение физической работоспособности спортсменов	**10**	**4**	**2**	**4**
Тема 2.1. Оптимизация процессов восстановления и повышения физической работоспособности	6	2	2	2
Тема 2.2 Пограничные состояния в спорте	4	2		2
Раздел 3 Врачебно-педагогический контроль при проведении тренировочного процесса в различных климато-географических и погодных условиях	**34**	**16**	**8**	**10**
Тема 3.1 Тренировочный процесс в различных климатических условиях	**10**	4	2	4
Тема 3.2 Медицинское обеспечение	**12**	4	2	6

спортивных соревнований				
Тема 3.3Принципы организации антидопингового контроля	**6**	4	2	
Тема 3.4 Особенности организации врачебно-педагогического контроля за женщинами-спортсменками	**8**	4		**4**
Раздел 4 Неотложные состояния	**12**	**6**	**2**	**4**
Тема 4.1 Неотложные состояния. Первая помощь при неотложных состояниях	12	6	2	4
Раздел 5 Заболевания и травмы у спортсменов	**20**	**10**	**4**	**6**
Тема 5.1 Структура заболеваний у спортсменов	**8**	2	2	4
Тема 5.2 Острые травмы	**2**	2		
Тема 5.3 Черепно-мозговая травма у боксеров. Закрытые травмы позвоночника и спинного мозга.	**8**	4	2	2
Тема .5.4 Травмы уха, горла, носа, глаз, гортани.	**2**			2
Всего по дисциплине	**96**	**42**	**22**	**32**

2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала, практические и лабораторные работы, самостоятельная работа обучающихся**	**Объем часов**	**Уровень освоения**
1	**2**	**3**	
	6семестр		
Раздел 1Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом		**18**	1,2
Тема 1.1 Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом	**Содержание учебного материала**	**6**	
	Лекции	2	1,2
	1Введение в предмет. Цели, задачи медицинского контроля. Краткая история спортивной медицины в России.	1	
	2. Первичное и ежегодное углубленное медицинское обследование	1	
	Практические занятия	2	
	Практическое занятие №1 «Врачебно-контрольная карта физкультурника ф227».	2	
	Самостоятельная работа 1 Работа с конспектом. Подготовка доклада по теме: «Сбалансированное питание». 2. Изучение рекомендованной литературы, работа с лекционным материалом. 3. Составление терминологического словаря. 4 Подготовка к Практическому занятию №1 5. Работа с Интернет-ресурсами.	2	
Тема 1.2 Текущий, этапный срочный и углубленный контроль в спортивной медицине	**Содержание учебного материала**	**6**	1,2
	Лекции	**2**	
	1 Текущий ВП контроль за занимающимися спортом	1	
	2 Срочный ВП контроль в спорте	1	
	Практические работы	**2**	1,2
	Практическая работа №2 «Текущий медицинский контроль в спорте. Анкета САН»	2	
	Практическая работа №3«Гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности»	1	
	Практическая работа №4 ВПК на разных этапах тренировки»	1	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические и лабораторные работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
	Самостоятельная работа 1 Работа с конспектом. Подготовка доклада по теме «». 2. Изучение рекомендованной литературы, работа с лекционным материалом. 3 Подготовка к Практическим занятиям №3,4 4. Работа с Интернет-ресурсами.	2	
Тема 1.3 Особенности врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами	**Содержание учебного материала**	**6**	
	Лекции	**2**	2,3
	1 Принципы оценки уровня физического развития детей и подростков	1	
	2 Принципы оценки степени полового созревания	1	
	Практические работы	**2**	2,3
	Практическая работа №5 Профиль физического развития на основе индексов и метода корреляци»	1	
	Практическая работа №6 «Велоэргометрическая проба PWC150, Гарвардский степ-тест, проба Летунова»	1	
	Самостоятельная работа 1 Работа с конспектом. Подготовка доклада по теме: «Разновидности вегетарианского питания». «Религиозные посты: за и против» «Раздельное питание». «Сочетаемость продуктов и питание по группам крови» 2. Изучение рекомендованной литературы, работа с лекционным материалом. 3. Составить и проанализировать «Суточный рацион спортсмена в избранном виде спорта» оформить работу виде таблицы и сделать выводы, провести коррекцию питания спортсмена 4 Подготовка к Практическому занятию №6 5. Работа с Интернет-ресурсами.	**2**	
Раздел 2 Восстановление и повышение физической работоспособности спортсменов		**10**	2,3
Тема 2.1. Оптимизация процессов восстановления и повышения физической работоспособности спортсменов	**Содержание учебного материала**		
	Лекции	**4**	
	1.Восполнение дефицита жидкостей, электролитов в условиях тренировки	2	
	2. Оптимизация сна спортсменов	1	
	3 Оптимизация питания спортсменов	1	
	Практическая работа №7«Питание в ИВС на этапах тренировки»	**2**	1,2
	Самостоятельная работа	**4**	
	1. Изучение рекомендованной литературы, работа с лекционным материалом. 2Подготовить доклады по темам: «Тайпер-диета», «Питание перед соревнованиями», «Питание на дистанции», «Питание в жару и холод» 3 Составить и проанализировать обеспечение спортивной тренировки в легкой атлетике, плавании и лыжных гонках. 4. Работа с Интернет-ресурсами		
Тема 2.2 Пограничные состояния в спорте	**Содержание учебного материала**	**4**	1,2
	Лекции	**2**	
	1Переутомление	1	
	2.Перенапряжение.	1	
	3 Перетренированность	1	
	Самостоятельная работа	**2**	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические и лабораторные работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
	1. Изучение рекомендованной литературы, работа с лекционным материалом. 2 Подготовить доклады по темам: «Спортивные напитки», « Солевые и энергетические напитки» 4 Подготовка к Практическому занятию №8 5. Работа с Интернет-ресурсами		
Раздел 3 Врачебно-педагогический контроль при проведении тренировочного процесса в различных климато-географических и погодных условиях		34	2,3
Тема 3.1 Тренировочный процесс в различных климатических условиях	**Содержание учебного материала**	**10**	
	Лекции	4	2,3
	1. Тренировки в условиях среднегорья. Периоды острой и подострой акклиматизации. Период устойчивого функционального состояния. Переаклиматизация. Подготовка к УТС в среднегорье	2	
	2 Подготовка к соревнованиям в условиях высоких и низких температур	1	
	3 Ресинхронизация циркадных ритмов организма спортсменов перелет на запад и восток	1	
	Практическое занятие №9 Решение ситуационных задач по теме «Тренировки в среднегорье».	**2**	1,2
	Самостоятельная работа	**4**	
	1. Изучение рекомендованной литературы, работа с лекционным материалом. 2 Подготовить доклады по темам: «Здоровье и экологическая среда», «Биологические ритмы и здоровье человека» 4 Подготовка к Практическому занятию №9 5. Работа с Интернет-ресурсами		
Тема 3.2 Медицинское обеспечение спортивных соревнований	**Содержание учебного материала**	**12**	1,2
	Лекции	**4**	
	1. Принципы организации медицинского обеспечения спортивных соревнований	2	
	2 Принципы оценки состояния здоровья	2	
	Практическая работа	**2**	
	Практическая работа №10 Методика наложения тейповых повязок на разные части тела	2	
	Самостоятельная работа	**6**	
	1 Работа с конспектом. 2 1. Изучение рекомендованной литературы, работа с лекционным материалом. 3 Оформление отчета по практической работе и подготовка его к защите 4. Работа с Интернет-ресурсами		
Тема 3.3 Принципы организации антидопингового контроля	**Содержание учебного материала**	**6**	
	Лекции	**4**	1,2
	1 Классификация препаратов запрещенных к применению в спорте	2	
	2 Организация допинг-контроля. ВАДА. РусАДА. ADAMS.	2	
	Практическая работа	**2**	
	1 **Практическая работа** Штрафные санкции по отношению к спортсменам, тренерам, медикам**.**	2	
	Самостоятельная работа		
	1 Работа с конспектом. 2 1. Изучение рекомендованной литературы, работа с лекционным материалом. 3. Работа с Интернет-ресурсами		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические и лабораторные работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
Тема 3.4 Особенности организации врачебно-педагогического контроля за женщинами-спортсменками	**Содержание учебного материала**	**6**	2,3
	Лекции	**4**	
	1. Функциональные особенности организма девочки, девушки и женщины. Овариально-менструальный цикл и физические качества.	2	
	2 Тренировки после родов, аборта, заболеваний половых органов.	2	
	Самостоятельная работа	**2**	
	1 Работа с конспектом. 2 1. Изучение рекомендованной литературы, работа с лекционным материалом. 3. Работа с Интернет-ресурсами		
Консультация		**2**	
Раздел 4 Неотложные состояния		**12**	2,3
Тема 4.1 Неотложные состояния. Первая помощь при неотложных состояниях	**Содержание учебного материала**	**12**	
	Лекции	**6**	
	1 Анафилактический шок. Гипогликемия. Обмороки	4	
	2 Переохлаждение. Тепловой удар. Утопление	2	2,3
	Практическое занятие №10 Первая помощь при неотложных состояниях	**2**	
	Самостоятельная работа	**2**	
	1 Работа с конспектом. 2 1. Изучение рекомендованной литературы, работа с лекционным материалом. 3Подготовка к практическому занятию № 10 4 Оформление отчета по практической работе и подготовка его к защите 5 Работа с Интернет-ресурсами		
Консультации		**2**	
Раздел 5 Заболевания и травмы у спортсменов		**20**	
Тема 5.1 Заболевания и травмы у спортсменов	**Содержание учебного материала**	**8**	
	Лекции	**2**	1,2
	1 Структура заболеваний у спортсменов	2	
	Практическое занятие №11 «Иммобилизация поврежденной части тела при травмах»	**2**	2,3
	Самостоятельная работа	**4**	
	1 Работа с конспектом. 2 1. Изучение рекомендованной литературы, работа с лекционным материалом. 3Подготовка к практическому занятию № 11 4 Оформление отчета по практической работе и подготовка его к защите 5 Работа с Интернет-ресурсами.		
Тема 5.2 2 Острые травмы	**Содержание учебного материала**	**2**	
	Лекции	**2**	
	1 Структура острых травм у спортсменов		
Тема 5.3 Черепно-мозговая травма у боксеров. Закрытые травмы позвоночника и спинного мозга	**Содержание учебного материала**	**8**	
	Лекции	**4**	
	1 Черепно-мозговая травма у боксеров	2	
	2 Закрытые травмы позвоночника и спинного мозга	2	
	Практическое занятие «Иммобилизация поврежденной части тела при травмах»	**2**	
	Самостоятельная работа	**2**	
	1 Работа с конспектом. 2 Изучение рекомендованной литературы, работа с лекционным материалом. 3 Подготовка к практическому занятию 4 Оформление отчета по практической работе и подго-		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические и лабораторные работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
	товка его к защите 5 Работа с Интернет-ресурсами.		
Тема .5.4 Травмы уха, горла, носа, глаз, гортани	**Содержание учебного материала**	**2**	
	Травмы уха, горла, носа, глаз, гортани		
Консультация		**2**	
Всего:		**96**	

2.4. Содержание разделов дисциплины

2.4.1 Занятия лекционного типа

№ раздела	Наименование раздела (темы)	Содержание раздела (темы)	Форма текущего контроля
1	Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом	Введение в предмет. Цели, задачи медицинского контроля. Краткая история спортивной медицины в России. Основные задачи спортивной медицины. Первичное и ежегодное углубленное медицинское обследование. Принципы оценки состояния здоровья. Кабинеты врачебного контроля. Врачебно-физкультурный диспансер. Основные заболевания и патологические состояния, являющиеся противопоказанием к занятиям спортом. Анкета здоровья спортсмена.	Пр., У. Т
2	Текущий, этапныйсрочный и углубленный контроль в спортивной медицине	Принципы организации текущего контроля Принципы организации этапного контроля. Показатели текущего и срочного функционального состояния центральной нервной систем. Критерии текущего и срочного функционального состояния вегетативной нервной системы. Местный дермографизм; -симптом белого пятна; -пило моторные рефлексы. Показатели текущего и срочного функционального состояния нервно-мышечного аппарата. Показатели текущего и срочного Функционального состояния Анализаторов. Зрительный анализатор. Вестибулярный анализатор. Показатели текущего и срочного функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Текущие изменения морфологического и биохимического состава крови.	Пр., У. Д, Р
3	Пограничные состояния в спорте	Пограничное состояние. Пред гипертонические состояния. Дети с феноменом «гипертонии на белый халат». Дети с лабильной формой гипертонии. Дети со стабильной формой гипертонии. Деформация грудной клетки. Изменения положения позвоночника во фронтальной плоскости в различны его отделах. Сглаженность(выпрямление)грудного кифоза. •Грудной гиперкифоз. Поперечное плоскостопие (деформация и «распластывание» переднего отдела стопы; отведение большого пальца внутрь; увеличение ула расхождения между пальцами). •Продольное плоскостопие. •Х-и О-образные ноги. •Изменение формы пяток(девиация) Пяточной кости внутрь. Синдром гипермобильности суставов. Врожденный пролапс митрального клапана	Пр., У. Т

4	Тренировочный процесс в различных климатических условиях	Низкогоръе-400-1400м, среднегорье-1500-2500м, высокогорье-до4500м.Снежное высокогорье-выше450 Стадии адаптации к барометрической гипоксии, Спортивная работоспособность в период реакклиматизации после тренировки в среднегорье. Медицинское обследование перед выездом в среднегорье. Горная болезнь. Степени острой горной болезни. Осложнения горной болезни. Подострая горная болезнь. Острый высокогорный отек легких. Неотложная помощь. Острый высокогорный отек головного мозга. Острая дистрофия миокарда. Острая высокогорная почечная и печеночная недостаточность.	Пр., У. Т
5	Медицинское обеспечение спортивных соревнований	Принципы организации медицинского обеспечения спортивных соревнований. Этапы. Требования к температурным условиям. Основные требования к режиму и рациону питания во время соревнований. Работа мандатной комиссии, допуск по медицинским показаниям. Жеребьевка. Осмотр спортсменов перед соревнованиями (бокс, борьба). 2.Оказаниенеобходимоймедицинской помощи. 3.Помощь при наличии допинг-контроля. 4.Госпитализациюиинформацию о госпитализированных. 5.Учет летальных и сходов и обеспечение допинг-контроля при них. Отчет. 1.Сведенияо количестве участников или команд. 2.Характеристика мест проведения соревнований и метеорологических условий. 3.Число обращений за медицинской помощью. 4.Число госпитализированных спортсменов. 5.Причины госпитализации.	Пр, У, Т
6	Принципы организации антидопингового контроля	История допинга. Общие положения. Вне соревновательное тестирование. Дополнительные нарушения. Дисциплинарные процедуры при допинговых нарушениях: отстранение, заслушивание, дисквалификация. Санкции. Запрещенные вещества. Допинг-контроль во время соревнований, Отбор спортсменов для тестирования. Запрещенные методы: кровяной допинг, Основные виды осложнений после длительного применения спортсменами анаболических стероидов	Пр., У. Т
7	Особенности организации врачебно-педагогического контроля за женщинами-спортсменками	Анатомо-физиологические особенности женских половых органов. Признаки врожденной гиперандрогении, гипертрихоз. продолжительность фаз менструального цикла(при28-дневномцикле): 1')менструальная(1-5-йдни); 2)постменструальная (6-12-йдни); 3)овуляторная(13-15-йдни); 4)постовуляторная (16-24-йдни); 5)предменструальная(25-28-йдни)	Пр., У. Т
8	Неотложные состояния. Первая помощь при неотложных состояниях	Анафилактический шок. Сахарный диабет. Типы сахарного диабета. Диабетическая невропатия. Диабетический кетоацидоз. Диабетическая кома. Гипогликемическая кома. Причины, оказание неотложной помощи. Обмороки. Психогенный обморок. Ортостатический обморок. Острое физическое перенапряжение. Гравитационный обморок(шок). Переохлаждение. Тепловой коллапс. Тепловые судороги. Тепловое истощение. Общая дегидратация. Утопление. Тепловой отек голеней и стоп.	Пр., У. Т
9	Заболевания и травмы у спортсменов	Закрытая черепно-мозговая травма. Сотрясение головного мозга;•ушиб головного мозга (легкой, средней и тяжелой степени); Сдавление головного мозга на фоне его о ушиба; Симп-	Пр., У. Р

		томы, возникающие при черепно-мозговой травме: общемозговые, очаговые, менингеальные, стволовые. Сопор. Кома. Ушиб(контузия)головного мозга. Особенности черепно-мозговой травмы у боксеров. Закрытые повреждения позвоночника и спинного мозга. Травмы внутренних органов. Пневмоторакс. Травматические повреждения селе-зенки. Повреждения органов брюшной полости. Травмы носа, уха, гортани, зубов и глаз. Колит. Миокардит. Остеохондроз. Стенокардия. Артрит. Артроз. Болезни аденовирусные. Бронхит.	
Примечание: Т – тестирование, Р – написание реферата, У – устный опрос, КР – контрольная работа			

2.4.2. Занятия семинарского типа

– не предусмотрены

2.4.3. Практические занятия

№	Наименование раздела (темы)	Содержание практических (темы) работ	Форма текущего контроля
1	Врачебно-контрольная карта физкультурника ф227.	1 Измерение тела (рост, масса тела, окружность груди) 2 Измерение функций организма (мышечная сила кистей рук, кровяное давление, ЖЕЛ) 3 Оценка состояния опорно-двигательного аппарата (форма позвоночника, осанка, форма грудной клетки, конечностей). Состояние кожи и видимых слизистых, характер жировых отложений, мышечный тонус, соответствие полового развития возрасту.	Пр., У. Т
2	Текущий медицинский контроль в спорте. Анкета САН	Согласно алгоритму выполняемых действий студенты отрабатывают технику измерения артериального давления, подсчета числа сердечных сокращений и дыхательных движений. Проводится проба на кинестетическую чувствительность, измерения мышечного тонуса. Результаты измерения вносятся в таблицу. Делаются выводы	Пр., У. Т
3	Гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности	Изучение научно-обоснованных гигиенических методов, форм и средств восстановления и повышения работоспособности при различных видах физических нагрузок. Освоение приемов функциональной профилактики и терапии простудных и простудно-инфекционных заболеваний. Научиться методам функциональной профилактики и терапии простудных и простудно-инфекционных заболеваний.	Пр.
4	Профиль физического развития на основе индексов и метода корреляции»	Оценка физического развития производится в зависимости от степени отклонения основных его признаков от средних (стандартных) величин. Для этого необходимо: 1 определить возраст обследуемого в годах 2 найти разницу между индивидуальными величинами роста, массы тела, окружности грудной клетки в паузе, жизненной емкости легких, силы правой и левой кисти, становой силы и их средними показателями для данной возрастно-половой группы; 3) найти частное от деления полученной выше разницы на величину среднеквадратического отклонения (сигму) каждого показателя. Сделать выводы	Пр., У. Т
5	Велоэргометрическая проба PWC150, Гарвардский степ-тест, проба Летунов	Основу пробы PWC_{170} составляет определение той мощности физической нагрузки, при которой ЧСС достигает 170 уд/мин, т.е. уровня оптимального функционирования кардиореспираторной системы. Теоретическим базисом пробы PWC_{170} являются две физиологические	Пр., У.

		закономерности: 1 учащение сердцебиения при мышечной работе прямо пропорционально ее интенсивности (мощности или скорости); 2 степень учащения сердцебиения при непредельной физической нагрузке обратно пропорциональна функциональным возможностям сердечно - сосудистой системы, являющимся косвенным критерием физической работоспособности	
6	Питание в ИВС на этапах тренировки	Составить и проанализировать «Суточный рацион спортсмена в избранном виде спорта» оформить работу виде таблицы и сделать выводы, провести коррекцию питания спортсмена	Пр., У. Д
7	Методика наложения тейповых повязок на разные части тела	Тейповая повязка при растяжении запястья. Для защиты «растянутого» запястья используют следующие способы наложения повязок: поперек тыльной стороны руки, на тыльную сторону кисти и на ладонную часть руки. Самый надежный способ перевязки - наложение липкого бинта (тейпа) прямо на кожу. Кожу необходимо подготовить обычным способом, а затем наложить липкий тейп. Тейповая повязка при повреждении локтевого сустава. Эту повязку применяют при растяжении локтевого сустава вследствие чрезмерной нагрузки на локоть.	Пр., У. Д
8	Решение ситуационных задач по теме «Тренировки в среднегорье	Составить план-график обеспечения медико-биологического сопровождения УТС в горах.	Пр., У. Д
9	Первая помощь при неотложных состояниях	Согласно алгоритму выполняемых действий студенты отрабатывают технику Искусственного дыхания и непрямого массажа сердца при внезапной смерти спортсмена. Оказывают помощь при коллапсе	Пр., У. Д
10	Иммобилизация поврежденной части тела при травмах	Согласно алгоритму выполняемых действий студенты отрабатывают технику наложения повязок, шин, транспортировку.	Пр.

Примечание: ПР- практическая работа, ЛР- лабораторная работа; Т – тестирование, Р – написание реферата, У – устный опрос, КР – контрольная работа

2.4.4. Содержание самостоятельной работы

Примерная тематика рефератов:

1. Особенности телосложения и физического развития спортсменов избранной специализации**.**
2. Особенности функционального состояния нервной системы у спортсменов.
3. Функциональное состояние внешнего дыхания у спортсменов (показатели, методы их определения, динамика в макроцикле).
4. Особенности морфофункционального состояния сердечно-сосудистой системы.
5. Медицинский контроль за женщинами-спортсменками.
6. Врачебный контроль за юными спортсменами.
7. Самоконтроль в массовой физической культуре.
8. Современные методы медицинского контроля в практике спортивной медицины.
9. Физические средства в восстановлении и повышении работоспособности спортсмена.

10. Здоровье и физическое развитие спортсменов (на примере избранной специальности).

11. Координационная функция нервной системы и особенности ее функционального состояния у спортсменов.

12. Острое и хроническое перенапряжение у спортсменов.

13. Варикозная болезнь у спортсменов, причины развития, признаки, методы профилактики.

14. Антидопинговый контроль в спорте, группы допинговых препаратов, процедура проведения антидопингового контроля.

15. Фармакологические средства, ускоряющие восстановление и повышающие спортивную работоспособность, их краткая характеристика.

16. Современное представление о перетренированности спортсмена. Причины перетренированности, признаки, лечение, профилактика.

17. Наиболее частые причины внезапных смертей в спорте.

18. Понятие об утомлении и переутомлении. Общее представление о предпатологических состояниях. Роль тренера в предупреждении предпатологических состояний.

19. Общая характеристика острых патологических состояний у спортсменов. Наиболее частые причины их развития. Роль тренера в профилактике острых патологических состояний.

20. Очаги хронической инфекции. Влияние на функциональное состояние спортсмена, физическую работоспособность и спортивный результат.

21. Общая характеристика заболеваемости среди спортсменов. Влияние специфики спорта на характер заболеваемости спортсменов. Особенности течения заболеваний у спортсменов.

22. Понятие о тепловом и солнечном ударах, механизмы развития, основные признаки, оказание первой медицинской помощи, профилактика.

23. Вывихи суставов, виды вывихов, признаки повреждения, оказание первой медицинской помощи.

24. Повреждения и заболевания позвоночника у спортсменов (компрессионный перелом, остеохондроз, спондилез), основные признаки, первая медицинская помощь, профилактика.

25. Общая характеристика открытых повреждений у спортсменов, первая медицинская помощь.

26. Общая характеристика закрытых повреждений у спортсменов, первая медицинская помощь.

27. Повреждение коленного сустава. Наиболее характерные признаки повреждений, первая медицинская помощь, профилактика.

28. Повреждения костей и надкостницы у спортсменов, признаки повреждений, первая медицинская помощь.

29. Повреждения и заболевания мышц у спортсменов, характерные признаки, первая медицинская помощь, профилактика.

30. Кровотечения, виды кровотечений, способы остановки различных видов кровотечений.

Выступление на учебном занятии в объеме 5-7 минут или реферат в объеме 15 листов А 4.

2.4.5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа студентов является важнейшей формой учебно-познавательного процесса.

Основная цель самостоятельной работы студента при изучении дисциплины – закрепить теоретические знания, полученные в ход лекционных занятий, а также сформировать практические навыки подготовки в области Основ врачебного контроля

Самостоятельная работа студента в процессе освоения дисциплины включает:

-изучение основной и дополнительной литературы по курсу;
-самостоятельное изучение некоторых вопросов (конспектирование);
-работу с электронными учебными ресурсами;
-изучение материалов периодической печати, интернет ресурсов;
-подготовку к тестированию;
-подготовку к практическим (лабораторным) занятиям,
-подготовку реферата (доклада, эссе) по одной из проблем курса.

На самостоятельную работу студентов отводится 32 часа учебного времени (в том числе консультации - 6 часов)

Наименование раздела, темы	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1 Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом	1 Усанова А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие / А.А. Усанова, О.И. Шепелева, Т.В. Горячева. - Ростов н/Д : Феникс, 2016. - 253, [1] с. : ил. - ISBN 978-5-222-27193-3 2 Черкасова, И.В. Лечебная физическая культура в специальной медицинской группе вуза : учебно-методическое пособие / И.В. Черкасова, О.Г. Богданов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 128 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4897-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: //biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344711
2 Текущий, этапный срочный и углубленный контроль в спортивной медицине	1 Усанова А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие / А.А. Усанова, О.И. Шепелева, Т.В. Горячева. - Ростов н/Д : Феникс, 2016. - 253, [1] с. : ил. - ISBN 978-5-222-27193-3
3 Пограничные состояния в спорте	1 Усанова А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие / А.А. Усанова, О.И. Шепелева, Т.В. Горячева. - Ростов н/Д : Феникс, 2016. - 253, [1] с. : ил. - ISBN 978-5-222-27193-3
4 Тренировочный процесс в различных климатических условиях	1 Усанова А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие / А.А. Усанова, О.И. Шепелева, Т.В. Горячева. - Ростов н/Д : Феникс, 2016. - 253, [1] с. : ил. - ISBN 978-5-222-27193-3
5 Медицинское обеспечение спортивных соревнований	1 Усанова А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие / А.А. Усанова, О.И. Шепелева, Т.В. Горячева. - Ростов н/Д : Феникс, 2016. - 253, [1] с. : ил. - ISBN 978-5-222-27193-3 2 Черкасова, И.В. Лечебная физическая культура в специальной медицинской группе вуза : учебно-методическое пособие / И.В. Черкасова, О.Г. Богданов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 128 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4897-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: //biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344711
6 Принципы организации	1 Усанова А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учеб-

антидопингового контроля	ное пособие / А.А. Усанова, О.И. Шепелева, Т.В. Горячева. - Ростов н/Д : Феникс, 2016. - 253, [1] с. : ил. - ISBN 978-5-222-27193- 2 Черкасова, И.В. Лечебная физическая культура в специальной медицинской группе вуза : учебно-методическое пособие / И.В. Черкасова, О.Г. Богданов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 128 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4897-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: //biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344711
7 Особенности организации врачебно-педагогического контроля за женщинами-спортсменками	1 Усанова А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие / А.А. Усанова, О.И. Шепелева, Т.В. Горячева. - Ростов н/Д : Феникс, 2016. - 253, [1] с. : ил. - ISBN 978-5-222-27193-3 2 Черкасова, И.В. Лечебная физическая культура в специальной медицинской группе вуза : учебно-методическое пособие / И.В. Черкасова, О.Г. Богданов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 128 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4897-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: //biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344711
8 Неотложные состояния. Первая помощь при неотложных состояниях	1 Усанова А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие / А.А. Усанова, О.И. Шепелева, Т.В. Горячева. - Ростов н/Д : Феникс, 2016. - 253, [1] с. : ил. - ISBN 978-5-222-27193-3 2 Черкасова, И.В. Лечебная физическая культура в специальной медицинской группе вуза : учебно-методическое пособие / И.В. Черкасова, О.Г. Богданов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 128 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4897-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: //biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344711
9 Заболевания и травмы у спортсменов	1 Усанова А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие / А.А. Усанова, О.И. Шепелева, Т.В. Горячева. - Ростов н/Д : Феникс, 2016. - 253, [1] с. : ил. - ISBN 978-5-222-27193-3 2 Черкасова, И.В. Лечебная физическая культура в специальной медицинской группе вуза : учебно-методическое пособие / И.В. Черкасова, О.Г. Богданов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 128 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4897-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: //biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344711

Кроме перечисленных источников студент может воспользоваться поисковыми системами сети Интернет по теме самостоятельной работы.

Для освоения данной дисциплины и выполнения предусмотренных учебной программой курса заданий по самостоятельной работе студент может использовать следующее учебно-методическое обеспечение:

-методические рекомендации преподавателя к выполнению самостоятельных домашних заданий.

Началом организации любой самостоятельной работы должно быть привитие навыков и умений грамотной работы с учебной и научной литературой. Этот процесс, в первую очередь, связан с нахождением необходимой для успешного овладения учебным материалом литературой. Студент должен уметь пользоваться фондами библиотек и справочно-библиографическими изданиями.

Студенты для полноценного освоения учебного курса должны составлять конспекты как при прослушивании его теоретической (лекционной) части, так и при подготовке к практическим (лабораторным) занятиям. Желательно, чтобы конспекты лекций записывались в логической последовательности изучения курса и содержались в одной тетради.

3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Для реализации компетентностного подхода предусматривается использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения аудиторных и внеаудиторных занятий с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

В процессе преподавания применяются образовательные технологии развития критического мышления. Обязательны компьютерные лабораторные практикумы по разделам дисциплины.

В учебном процессе наряду с традиционными образовательными технологиями используются компьютерное тестирование, тематические презентации, интерактивные технологии.

3.1. Образовательные технологии при проведении лекций

№	Тема	Виды применяемых образовательных технологий	Кол. час
1	Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций	4
2	Текущий, этапный, срочный и углубленный контроль в спортивной медицине	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций деловые игры,	4
3	Пограничные состояния в спорте	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций,	4
4	Тренировочный процесс в различных климатических условиях	Компьютерные симуляции, проблемное изложение	6
5	Медицинское обеспечение спортивных соревнований	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций	6
6	Принципы организации антидопингового контроля	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, проблемное изложение	6
7	Особенности организации врачебно-педагогического контроля за женщинами-спортсменками	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, проблемное изложение	4
8	Неотложные состояния. Первая помощь при неотложных состояниях	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, проблемное изложение	4
9	Заболевания и травмы у спортсменов	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, проблемное изложение	4
Итого по курсу			42
В том числе интерактивное обучение*			

3.2. Образовательные технологии при проведении практических занятий (лабораторных работ)

№	Тема занятия	Виды применяемых образовательных технологий	Кол. час
1	Врачебно-контрольная карта физкультурника ф227.	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций коммуникативные тренинги	2
2	Текущий медицинский контроль в спорте. Анкета САН	Коммуникативные тренинги, разбор конкретных ситуаций, групповые дискуссии	2
3	Гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, проблемное изложение	2
4	Профиль физического развития на основе индексов и метода корреляции»	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, коммуникативные тренинги	2*
5	Велоэргометрическая проба PWC150, Гарвардский степ-тест, проба Летунов	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций	2
6	Питание в ИВС на этапах тренировки	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций	2
7	Методика наложения тейповых повязок на разные части тела	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций,,проблемное изложение	2
8	Решение ситуационных задач по теме «Тренировки в среднегорье	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, коммуникативные тренинги	2
9	Первая помощь при неотложных состояниях	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, коммуникативные тренинги	4
10	Иммобилизация поврежденной части тела при травмах	Компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций, коммуникативные тренинги	2
Итого по курсу			22
В том числе интерактивное обучение*			2*

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Реализация учебной дисциплины осуществляется в специально оборудованном кабинете - лаборатория физической и функциональной диагностики

Оборудование учебного кабинета:

учебная мебель, доска учебная, кушетка массажная, приборы для измерения функциональных способностей организма, учебно-методические материалы, наглядные пособия

4.2. Перечень необходимого программного обеспечения

1. 7-zip (лицензия на англ. http://www.7-zip.org/license.txt)
2. Adobe Acrobat Reade (лицензия - https://get.adobe.com/reader/?loc=ru&promoid=KLXME)
3. Adobe Flash Player (лицензия - https://get.adobe.com/reader/?loc=ru&promoid=KLXME)
4. Apache Open Office (лицензия - http://www.openoffice.org/license.html)
5. Free Commander (лицензия - https://freecommander.com/ru/%d0%bb%d0%b8%d1%86%d0%b5%d0%bd%d0%b7%d0%b8%d1%8f/)
6. Google Chrome (лицензия - https://www.google.ru/chrome/browser/privacy/eula_text.html)
7. Libre Office (в свободном доступе)
8. Mozilla Firefox (лицензия - https://www.mozilla.org/en-US/MPL/2.0/)

5 ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНЫХ И ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ, НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

1. Усанова А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие / А.А. Усанова, О.И. Шепелева, Т.В. Горячева. - Ростов н/Д : Феникс, 2016. - 253, [1] с. : ил. - ISBN 978-5-222-27193-3

5.2. Дополнительная литература

1. Кулиненков, О.С. Фармакология спорта в таблицах и схемах / О.С. Кулиненков. - 2-е изд. - М. : Спорт, 2015. - 179 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: //biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430438

2. Черкасова, И.В. Лечебная физическая культура в специальной медицинской группе вуза : учебно-методическое пособие / И.В. Черкасова, О.Г. Богданов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 128 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4897-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: //biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344711

5.3. Периодические издания

1. Адаптивная физическая культура. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1371600.

2. Лечебная физкультура и спортивная медицина. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1440777.

3. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1585469.

4. Теория и практика физической культуры. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1513374.

5. Физиология человека. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1504633.

6. Физическое воспитание и спортивная тренировка. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1587742.

5.4. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1 ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» [учебные, научные здания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red.

2. ЭБС издательства «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы] : сайт. – URL: http://e.lanbook.com.

3. ЭБС «Юрайт» [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. – URL: https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB.

4. ЭБС «Znanium.com» [учебные, научные, научно-популярные материалы различных издательств, журналы] : сайт. – URL: http://znanium.com/.

5. ЭБС «BOOK.ru» [учебные издания – коллекция для СПО] : сайт. – URL: https://www.book.ru/cat/57

6. Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: https://www.monographies.ru/.

7. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» [российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования; большая часть изданий – свободного доступа] : сайт. – URL: http://elibrary.ru.

8. Базы данных компании «Ист Вью» [раздел: Периодические издания (на русском языке) включает коллекции: Издания по общественным и гуманитарным наукам; Издания по педагогике и образованию; Издания по информационным технологиям; Статистические издания России и стран СНГ] : сайт. – URL: http://dlib.eastview.com.

9. КиберЛенинка : научная электронная библиотека [научные журналы в полнотекстовом формате свободного доступа] : сайт. – URL: http://cyberleninka.ru.

10. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования: дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное : сайт. – URL: http://window.edu.ru.

11. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [для общего, среднего профессионального, дополнительного образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: http://fcior.edu.ru.

12. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов [для преподавания и изучения учебных дисциплин начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: http://school-collection.edu.ru.

13. Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: http://publication.pravo.gov.ru.

14. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: http://enc.biblioclub.ru/.

15. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About.

6 МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Обучение студентов осуществляется по традиционной технологии (лекции, практики) с включением инновационных элементов.

С точки зрения используемых методов лекции подразделяются следующим образом: информационно-объяснительная лекция, повествовательная, лекция-беседа, проблемная лекция и т. д.

Устное изложение учебного материала на лекции должно конспектироваться. Слушать лекцию нужно уметь – поддерживать своё внимание, понять и запомнить услышанное, уловить паузы. В процессе изложения преподавателем лекции студент должен выяснить все непонятные вопросы. Записывать содержание лекции нужно обязательно – записи помогают поддерживать внимание, способствуют пониманию и запоминанию услышанного, приводит знание в систему, служат опорой для перехода к более глубокому самостоятельному изучению предмета.

Методические рекомендации по конспектированию лекций:

– запись должна быть системной, представлять собой сокращённый вариант лекции преподавателя. Необходимо слушать, обдумывать и записывать одновременно;

– запись ведётся очень быстро, чётко, по возможности короткими выражениями;

– не прекращая слушать преподавателя, нужно записывать то, что необходимо усвоить. Нельзя записывать сразу же высказанную мысль преподавателя, следует её понять и после этого кратко записать своими словами или словами преподавателя. Важно, чтобы в ней не был потерян основной смысл сказанного;

– следует обратить внимание на оформление записи лекции. Для каждого предмета заводится общая тетрадь. Отличным от остального цвета следует выделять отдельные мысли и заголовки, сокращать отдельные слова и предложения, использовать условные знаки, буквы латинского и греческого алфавитов, а также некоторые приёмы стенографического сокращения слов.

Практические занятия по дисциплине «Основы медицинских знаний» проводятся в основном по схеме:

-устный опрос по теории в начале занятия (обсуждение теоретических проблемных вопросов по теме);

-работа в группах по разрешению различных ситуаций по теме занятия;

-решение практических задач индивидуально;

-подведение итогов занятия (или рефлексия);

-индивидуальные задания для подготовки к следующим практическим занятиям.

Цель практического занятия – научить студентов применять теоретические знания при решении практических задач.

На практических занятиях преобладают следующие методы:

-вербальные (преобладающим методом должно быть объяснение);

-практические (письменные здания, групповые задания и т. п.).

Важным для студента является умение рационально подбирать необходимую учебную литературу. Основными литературными источниками являются:

– библиотечные фонды филиала КубГУ в г. Славянске-на-Кубани;

– электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»;

– электронная библиотечная система Издательства «Лань».

Поиск книг в библиотеке необходимо начинать с изучения предметного каталога и создания списка книг, пособий, методических материалов по теме изучения.

Просмотр книги начинается с титульного листа, следующего после обложки. На нём обычно помещаются все основные данные, характеризующие книгу: название, автор, выходные данные, данные о переиздании и т.д. На обороте титульного листа даётся аннотация, в которой указывается тематика вопросов, освещённых в книге, определяется круг читателей, на который она рассчитана. Большое значение имеет предисловие книги, которое знакомит читателя с личностью автора, историей создания книги, раскрывает содержание.

Прочитав предисловие и получив общее представление о книге, следует обратиться к оглавлению. Оглавление книги знакомит обучаемого с содержанием и логической структурой книги, позволяет выбрать нужный материал для изучения. Год издания книги позволяет судить о новизне материала. В книге могут быть примечания, которые содержат различные дополнительные сведения. Они печатаются вне основного текста и разъясняют отдельные вопросы. Предметные и алфавитные указатели значительно облегчают повторение изложенного в книге материала. В конце книги может располагаться вспомогательный материал. К нему обычно относятся инструкции, приложения, схемы, ситуационные задачи, вопросы для самоконтроля и т.д.

Для лучшего представления и запоминания материала целесообразно вести записи и конспекты различного содержания, а именно:

– пометки, замечания, выделение главного;

– план, тезисы, выписки, цитаты;

– конспект, рабочая запись, реферат, доклад, лекция и т.д.

Читать учебник необходимо вдумчиво, внимательно, не пропуская текста, стараясь понять каждую фразу, одновременно разбирая примеры, схемы, таблицы, рисунки, приведённые в учебнике.

Одним из важнейших средств, способствующих закреплению знаний, является краткая запись прочитанного материала – составление конспекта. Конспект – это краткое связное изложение содержания темы, учебника или его части, без подробностей и второстепенных деталей. По своей структуре и последовательности конспект должен соответствовать плану учебника. Поэтому важно сначала составить план, а потом писать конспект в виде ответа на вопросы плана. Если учебник разделён на небольшие озаглавленные части, то заголовки можно рассматривать как пункты плана, а из текста каждой части следует записать те мысли, которые раскрывают смысл заголовка.

Требования к конспекту:

– краткость, сжатость, целесообразность каждого записываемого слова;

– содержательность записи – записываемые мысли следует формулировать кратко, но без ущерба для смысла. Объём конспекта, как правило, меньше изучаемого текста в 7-15 раз;

– конспект может быть как простым, так и сложным по структуре – это зависит от содержания книги и цели её изучения.

Методические рекомендации по конспектированию:

– прежде чем начать составлять конспект, нужно ознакомиться с книгой, прочитать её сначала до конца, понять прочитанное;

– на обложке тетради записываются название конспектируемой книги и имя автора, составляется план конспектируемого теста;

– записи лучше делать при прочтении не одного-двух абзацев, а целого параграфа или главы;

– конспектирование ведётся не с целью иметь определённые записи, а для более полного овладения содержанием изучаемого текста, поэтому в записях отмечается и выделяется всё то новое, интересное и нужное, что особенно привлекло внимание;

– после того, как сделана запись содержания параграфа, главы, следует перечитать её, затем снова обращаться к тексту и проверить себя, правильно ли изложено содержание.

Техника конспектирования:

- конспектируя книгу большого объёма, запись следует вести в общей тетради;

- на каждой странице слева оставляют поля шириной 25-30 мм для записи коротких подзаголовков, кратких замечаний, вопросов;

- каждая станица тетради нумеруется;

- для повышения читаемости записи оставляют интервалы между строками, абзацами, новую мысль начинают с «красной» строки;

- при конспектировании широко используют различные сокращения и условные знаки, но не в ущерб смыслу записанного. Рекомендуется применять общеупотребительные сокращения, например: м.б. – может быть; ЖКТ – желудочно-кишечный тракт, ОДА – опорно-двигательный аппарат, ССС – сердечно-сосудистая система.

- не следует сокращать имена и названия, кроме очень часто повторяющихся;

- в конспекте не должно быть механического переписывания текста без продумывания его содержания и смыслового анализа.

Для написания реферата необходимо выбрать тему, согласовать ее с преподавателем, подобрать несколько источников по теме, выполнить анализ источников по решению проблемы, обосновать свою точку зрения на решение проблемы.

Учащиеся для полноценного освоения учебного курса должны составлять конспекты как при прослушивании его теоретической (лекционной) части, так и при подготовке к практическим (семинарским) занятиям. Желательно, чтобы конспекты лекций и семинаров записывались в логической последовательности изучения курса и содержались в одной тетради. Это обеспечит более полную подготовку как к текущим учебным занятиям, так и сессионному контролю знаний.

Самостоятельная работа учащихся является важнейшей формой учебно-познавательного процесса. Цель заданий для самостоятельной работы – закрепить

и расширить знания, умения, навыки, приобретенные в результате изучения дисциплины; овладеть умением использовать полученные знания в практической работе; получить первичные навыки профессиональной деятельности.

Началом организации любой самостоятельной работы должно быть привитие навыков и умений грамотной работы с учебной и научной литературой. Этот процесс, в первую очередь, связан с нахождением необходимой для успешного овладения учебным материалом литературой. Учащийся должен изучить список нормативно-правовых актов и экономической литературы, рекомендуемый по учебной дисциплине; уметь пользоваться фондами библиотек и справочно-библиографическими изданиями.

Задания для самостоятельной работы выполняются в письменном виде во внеаудиторное время. Работа должна носить творческий характер. В письменной работе по теме задания учащийся должен полно и всесторонне рассмотреть все аспекты темы, четко сформулировать и аргументировать свою позицию по исследуемым вопросам. Выбор конкретного задания для самостоятельной работы проводит преподаватель, ведущий практические занятия в соответствии с перечнем, указанным в планах практических занятий.

7. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ

7.1. Паспорт фонда оценочных средств

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1.	Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом	ОК-1, ОК-2,ОК-3, ОК-5, , ОК-8, ОК-9,ОК-11К-2.3 3.2,	Реферат, практическая (лабораторная) работа
2.	Текущий, этапный срочный и углубленный контроль в спортивной медицине	ОК-1, , П.К-2.1, П.К-2.3, П.К2.4, П.К2.5, , П.К2.7, П.К 3.1, П.К3.3, П.К 3.4, П.К 3.5,,	Реферат, практическая (лабораторная) работа, задания, тест
3.	Пограничные состояния в спорте	ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9,ОК-11, ОК-12, П.К-1.1, П.К2.5, , П.К 3.1,П.К 3.2, П.К3.3, П.К 3.4,	Реферат, практическая (лабораторная) работа, тест
4.	Тренировочный процесс в различных климатических условиях	ОК-3, , П.К 2.6, П.К2.7, П.К 3.1,П.К 3.2, П.К3.3	Реферат, практическая (лабораторная) работа, задания, тест
5.	Медицинское обеспечение спортивных соревнований	ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9,ОК-11, ОК-12, П.К2.7, П.К 3.1,П.К 3.2, П.К3.3, П.К 3.4,	Реферат, практическая (лабораторная) работа, тест
6.	Принципы организации антидопингового контроля	ОК-1, П.К-1.1, П.К-1.2 П.К-1.3, П.К 1.4,ПК1.7, П.К-2.1, П.К2.4, П.К2.5, П.К 2.6, П.К2.7, П.К 3.1,П.К 3.2	Реферат, практическая (лабораторная) работа, тест
7.	Особенности организации врачебно-педагогического контроля за женщинами-спортсменками	ОК-2,ОК-3, П.К2.4, П.К2.5, П.К 2.6, П.К2.7, П.К 3.1,П.К 3.2, П.К3.3, П.К 3.4, П.К 3.5,	Реферат, практическая (лабораторная) работа, тест
8.	Неотложные состояния. Первая помощь при неотложных состояниях	ОК-1, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9,ОК-11, , П.К 1.4,ПК1.7, П.К-2.1, П.К-2.2, П.К-2.3, П.К2.4,	Реферат, практическая (лабораторная) работа, тест
9.	Заболевания и травмы у спортсменов	ОК-1, ОК-2,ОК-3, ОК-5, ОК-6, .4,ПК1.7, П.К-2.1, П.К-2.2, П.К-2.3, П.К2.4, П.К2.5, П.К 2.6, П.К2.7,	Реферат, практическая (лабораторная) работа, тест

7.2 Критерии оценки результатов обучения

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических работ, тестирования, а также решения задач, составления рабочих таблиц и подготовки докладов и рефератов к уроку.

Реферат. Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Реферат оценивается по количеству привлеченных источников, глубине анализа проблемы, качестве обоснования авторской позиции, глубине раскрытия темы.

Тест. Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося. Тест оценивается по количеству правильных ответов (не менее 50%).

Знания студентов на практических занятиях оцениваются отметками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» и «неудовлетворительно».

Оценка «отлично» выставляется, когда студент показывает глубокое всестороннее знание раздела дисциплины, обязательной и дополнительной литературы, аргументировано и логически стройно излагает материал, может применять знания для анализа конкретных ситуаций.

Оценка «хорошо» ставится при твердых знаниях раздела дисциплины, обязательной литературы, знакомстве с дополнительной литературой, аргументированном изложении материала, умении применить знания для анализа конкретных ситуаций.

Оценка «удовлетворительно» ставится, когда студент в основном знает раздел дисциплины, может практически применить свои знания.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, когда студент не освоил основного содержания предмета и слабо знает изучаемый раздел дисциплины.

7.3. Оценочные средств для проведения текущей аттестации

В данном разделе приводятся образцы оценочных средств. Полный комплект оценочных средств приводится в Фонде оценочных средств.

Текущий контроль проводится в форме:
-фронтальный опрос
-индивидуальный устный опрос
-письменный контроль
-тестирование по теоретическому материалу
-практическая (лабораторная) работа
-защита реферата
-защита выполненного задания,

Форма аттестации	Знания	Умения	Практический опыт (владение)	Личные качества студента	Примеры оценочных средств
Устный (письменный) опрос по темам	Контроль знаний по определенным проблемам	Оценка умения различать конкретные понятия	Оценка навыков работы с литературными источниками	Оценка способности оперативно и качественно отвечать на поставленные вопросы	Контрольные вопросы по темам прилагаются
Рефераты	Контроль знаний по определенным проблемам	Оценка умения различать конкретные понятия	Оценка навыков работы с литературными источниками	Оценка способности к самостоятельной работе и анализу литературных источников	Темы рефератов прилагаются
Практические работы	Контроль знания основ гигиены различных возрастных групп занимающихся; гигиенических норм,	Оценка умения измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; оценивать функциональное	Понимание закономерностей основных процессов, протекающих в организме человека; Определение антропометрически	Оценка способности оперативно и качественно решать поставленные на практических работах задачи и аргументировать	Темы работ прилагаются

	требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза, Контроль и соблюдение требований к учебно-тренировочным занятиям, процессу и результатам руководства соревновательной деятельностью ; гигиены детей, подростков и молодежи; взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; основы рационального питания; общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой; возрастные особенности состояния организма; методы контроля	состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов; оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте; использовать гигиенические знания для определения нагрузок при занятиях физической культурой и спортом Соблюдать гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебно-тренировочных занятий; правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза	х показателей у спортсменов; Распознавание основных возрастных особенностей; Сопоставление используемых нагрузок на занятиях физической культурой с возрастными и индивидуальными озможностями организма; Понимание общих закономерностей двигательной активности, особенностей восстановительного периода; Сравнение механизмов энергетических затрат при занятии разными видами спортивных упражнений; использовать гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности ; Обзор основных положений современных теорий рационального питания; Режим питания спортсменов в избранном виде спорта. Анализ показателей физиологического развития человека в различные возрастные периоды; Правильное использование антропометрических и др. методов оценки функционального состояния человека; Анализ влияния факторов внешней среды на функционирование	результаты	

			и развитие организма человека на разных этапах онтогенеза; Определение максимальных нагрузок исходя из энергетических ресурсов организма при мышечной деятельности; Отбор физических упражнений в соответствии с энергетическими затратами организма, требуемыми результатами и возрастными особенностями.		
Тестирование	Контроль знаний по определенным проблемам	Оценка умения различать конкретные понятия	Оценка навыков логического анализа и синтеза при сопоставлении конкретных понятий	Оценка способности оперативно отвечать на поставленные вопросы	Вопросы прилагаются

Примерные тестовые задания:
(выбор одного правильного ответа)

1. Пульсовое артериальное давление является косвенным критерием:

а) коронарного кровотока;

б) ударного объема сердца;

в) конечного диастолического объема левого желудочка.

2. Наиболее неблагоприятными типами реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку являются:

а) дистонический;

б) гипертонический;

в) гипотонический;

г) со ступенчатым возрастанием максимального АД.

3. При хорошем функциональном состоянии сердечно-сосудистой системы показатель качества реакции на физическую нагрузку равен:

а) 0,5-1;

б) 0,1-0,2;

в) меньше 0

4. Функциональные пробы с изменением положения тела используются преимущественно для оценки функционального

состояния:

а) центральной нервной системы;

б) вегетативной нервной системы;

в) системы внешнего дыхания;

г) сердечно-сосудистой системы.

5. При нормальной реакции сердечнососудистой системы на статическую нагрузку ударный объем сердца и ЧСС должны:

а) повышаться;

б) не изменяться;

в) снижаться.

6. При хорошем функциональном состоянии организма колеблемость интервалов R-R у представителей циклических видов спорта, направленных на развитие выносливости, должна составлять:

а) 0,2-0,5с;

б) больше 0,5с;

в) меньше 0,2с.

7. Продолжительность устранения лактата из крови после напряженной физической нагрузки составляет:

а) 24 час;

б) 1 2 час;

в) 6 час;

г) 90-120мин.

8 Особенности выполнения пассивных упражнений:

а) полная амплитуда движений с непродолжительной задержкой в крайних положениях;

б) достаточная сила оказываемого внешнего воздействия;

в) медленный темп;

г) неполная амплитуда движений

9 Этиологическими факторами, определяющими возникновение сколиоза, являются:

а) врожденная деформация позвонка (клиновидная)

б) врожденная аномалия развития ребер

в) диспластические изменения в костных структурах позвоночника

г) паралич косых мышц живота

10 Лицам с ожирением II-III степени рекомендуется:

а) плавание

б) езда на велосипеде (нагрузки на велотренажере)

в) ходьба на лыжах

г) бег

Примерные вопросы для устного опроса (контрольных работ):

1 Понятие о врачебном контроле.

2 Понятие о дыхательной системе. Симптомы заболеваний органов дыхания.

3 Причины возникновения спортивных травм.

4. Цели и задачи спортивной медицины.

5. Понятие о здоровье и болезни. Периоды течения болезни.

6. Ортостатическая и клиностатическая пробы.

7. Доврачебная медицинская помощь. Общие принципы оказания первой медицинской помощи.

8 Терминальные состояния.

9. Методы исследования дыхательной системы. Функциональные пробы для определения работоспособности органы дыхания.

10. Питание – главный фактор восстановления работоспособности спортсмена.

11. Исследование и оценка физического развития.

12. Дать понятие определению «индивидуальное здоровье» и «функциональное состояние».

Примерные вопросы для контроля самостоятельной работы:

1 Современное представление о перетренированности спортсмена. Причины перетренированности, признаки, лечение, профилактика.

2. Наиболее частые причины внезапных смертей в спорте.

3. Понятие об утомлении и переутомлении.

4 Общее представление о предпатологических состояниях. Роль тренера в предупреждении предпатологических состояний.

5. Общая характеристика острых патологических состояний у спортсменов. Наиболее частые причины их развития. Роль тренера в профилактике острых патологических состояний.

6. Очаги хронической инфекции. Влияние на функциональное состояние спортсмена, физическую работоспособность и спортивный результат.

7. Общая характеристика заболеваемости среди спортсменов. Влияние специфики спорта на характер заболеваемости спортсменов. Особенности течения заболеваний у спортсменов.

8. Понятие о тепловом и солнечном ударах, механизмы развития, основные признаки, оказание первой медицинской помощи, профилактика.

9. Вывихи суставов, виды вывихов, признаки повреждения, оказание первой медицинской помощи.

10. Повреждения и заболевания позвоночника у спортсменов (компрессионный перелом, остеохондроз, спондилез), основные признаки, первая медицинская помощь, профилактика.

11. Общая характеристика открытых повреждений у спортсменов, первая медицинская помощь.

12. Общая характеристика закрытых повреждений у спортсменов, первая медицинская помощь.

7.4. Оценочные средств для проведения промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация

Форма аттестации	Знания	Умения	Практический опыт (владеть)	Личные качества студента	Примеры оценочных средств
Зачет	Контроль знания базовых положений в области основ гигиены физкультуры и спорта	Оценка умения понимать специальную терминологию	Оценка навыков логического сопоставления и характеристики объектов	Оценка способности грамотно и четко излагать материал	Вопросы: Прилагаются
		Оценка умения решать типовые задачи в области профессиональной деятельности	Оценка навыков логического мышления при решении задач в области профессиональной деятельности	Оценка способности грамотно и четко излагать ход решения задач в области профессиональной деятельности и аргументировать результаты	Задачи прилагаются

7.4.1. Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации (зачет)

1 Врачебный контроль за лицами пожилого возраста, занимающимися физической культурой и спортом.

2 Массаж и лечебная физкультура как метод восстановления спортсменов.

3 Акклиматизация спортсмена к горным условиям. Фазы акклиматизации.

4 Значение витаминов для организма. Признаки витаминной недостаточности.

5 Виды травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата, часто встречающихся в клинической практике спортивной медицины.

6 Понятие о врачебном контроле.

7 Понятие о дыхательной системе. Симптомы заболеваний органов дыхания.

8 Причины возникновения спортивных травм.

9. Цели и задачи спортивной медицины.

10. Понятие о здоровье и болезни. Периоды течения болезни.

11. Ортостатическая и клиностатическая пробы.

12. Доврачебная медицинская помощь. Общие принципы оказания первой медицинской помощи.

13. Терминальные состояния.

14. Методы исследования дыхательной системы. Функциональные пробы для определения работоспособности органы дыхания.

15. Питание - главный фактор восстановления работоспособности спортсмена.

16. Исследование и оценка физического развития.

17. Применение анаболических средств и стимуляторов – фактор, ухудшающий физическую работоспособность.

18. Методика проведения искусственной вентиляции лёгких.

19. Подготовка спортсмена к соревнованиям в условиях высоких и низких температур.

20. Аллергия. Факторы, способствующие развитию заболеваний.

21. Причины спортивного травматизма.

22. Виды и классификация мышечной работы.

23. Употребление алкоголя – фактор, ухудшающий физическую работоспособность.

24. Врачебный контроль на уроках физической культуры за школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

25. Закрытая черепно-мозговая травма. Основные симптомы.

26 Врачебно-педагогический контроль за школьниками и юными спортсменами.

27 Общий анализ крови - метод оценки физической работоспособности.

28 Первая помощь при тепловом и солнечном ударе.

29 Функциональные пробы, определяющие физическую работоспособность сердечно-сосудистой системы.

30 Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом.

31 Влияние менструального цикла и половой жизни спортсменки на её физическую работоспособность.

32 Гидротерапия и бальнеотерапия как метод восстановительной медицины.

33 Влияние физических упражнений на организм.

34 Антидопинговый контроль.

35 Горная болезнь.

36 Влияние гиподинамии на состояние здоровья.

37 Понятие о спортивной медицине.

38 Цели и задачи проведения функциональных проб.

39 Понятие об асептике и антисептике.

40 Основные методы исследования центральной нервной системы.

7.4.2. Примерные задачи на зачет

1 При проведении текущего контроля за спортсменом, специализирующимся в беге на средние дистанции, была зарегистрирована следующая динамика концентрации мочевины в сыворотке крови:

- понедельник: общий объем бега-15км;

- вторник утро: содержание мочевины в сыворотке крови-36мг%;

- вторник: общий объем бега-25км;

- среда: утро: содержаниемочевинывсывороткекрови-28мг%;

- среда: общий объем бега-18км;

- четверг утро: содержание мочевины в сыворотке крови-32мг%.

Определите режим тренировок спортсмена.

2 При обследовании спортсмена определена повышенная кислотность желудочного сока. При эндоскопии органических изменений не обнаружено. Определите какого вида нарушение вегетативной регуляции могло привести к изменению химического состава желудочного сока

3 У спортсмена при обследовании в моче отсутствует белок и сахар, удельный вес мочи снижен, но диурез резко повышен (до 8 л в сутки), постоянная жажда. Нарушение деятельности какой эндокринной железы способно вызвать такой комплекс изменений.

4 Спортсмен 35 лет, рост 174 см, вес 92 кг. Определить нормальную массу тела по модифицированному индексу для мужчин и предложить мероприятия по улучшению физического здоровья.

4. Во время соревнования гимнаст получил травму. Возникло носовое кровотечение и он потерял сознание. Ваши действия.

5 Юноша 18 лет, на руках имеются следы от уколов, несколько дней назад появился жар, лихорадочное состояние, сильный понос, воспалились лимфатические железы, затем состояние нормализировалось. Дать оценку его состоянию и предложить мероприятия по улучшению.

6 Определить суточную калорийность пищи спортсмену легкоатлету.

7. Во время занятий физкультурой ученик подвернул ногу. Возникла резкая болезненность и отек в области правого голеностопного сустава. Ваши действия.

8. Используя основные принципы организации распорядка дня, определите режим дня спортсмена.

9 26. В суточном рационе бегунов на длинные дистанции и ходоков содержание пищевых веществ следующее (г на 1 кг веса): белков – 2,4-2,5, жиров – 1,7-1,8, углеводов – 10-11,5. Калорийность пищи – 70–76 ккал на 1 кг веса. Рассчитайте калорийность пищи, определите необходимое количество жиров, белков и углеводов спортсмену, масса которого 56 кг.

10 Существенным фактором, лимитирующим спортивную работоспособность, являются потери воды и солей, и как следствие – нарушение терморегуляции организма спортсмена. Потери воды при умеренной физической нагрузке в течение 1 ч у спортсмена массой тела 70 кг достигают 1,5-2 л/ч (при температуре 20-25 С). Разработать ряд рекомендаций по поддержанию баланса воды и солей в организме до начала и во время соревнований.

8. ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Приложение 1. Краткий конспект лекционных занятий

Лекция №1.

Тема. «Перетренированность и физическое перенапряжение»

Основные вопросы темы

1 Понятие о «спортивной болезни»

2 Переутомление. Причины. Признаки. Способы лечения.

3 Перетренированность. Причины. Признаки. Способы лечения.

4 Физическое перенапряжение

Помимо обычных заболеваний у спортсменов встречаются специфические для спорта изменения, которые многие зарубежные специалисты называют «спортивной болезнью». Сюда относится перетренированность и физическое перенапряжение.

Утомление, как правило, сопровождает почти каждую тренировку и должно рассматриваться как физиологическое явление, которое в нормальных условиях после окончания работы проходит само по себе. Вместе с тем утомление – это определенный сигнал тревоги и одновременно базис для дальнейшего повышения работоспособности.

Если утомление постепенно наслаивается и не проходит от одной тренировки до другой, может развиться переутомление, сопровождающееся уже комплексом отчетливых нарушений (повышенная утомляемость, снижение настроения; ухудшение сна, координации движений; снижение интереса к тренировке; вегетативная недостаточность, ухудшение реакции на физическую нагрузку, возможно нарушение ритма сердца, неустойчивость артериального давления, признаки невроза, снижение работоспособности). Но это не патологическое состояние, а переходное. Его легко устранить, если снизить нагрузку, дать дополнительные дни отдыха, усилить восстановительные мероприятия (полноценное питание, витаминизация, нормализация сна, массаж, гидропроцедуры и пр.). Переутомление чаще наступает после перенесенных заболеваний, общей усталости. Проходит обычно бесследно.

Переутомление

Переутомление – это общий генерализованный процесс; пограничное, переходное состояние; дезадаптация, которая может привести к патологическому состоянию – перетренированности, сопровождающейся выраженным изменением состояния спортсмена и падением работоспособности, нарушением установившегося в процессе тренировки оптимального уровня нейрогуморальной регуляции. В основе перетренированности лежит в первую очередь нарушение нервных процессов, изменения функций центральной нервной системы, протекающие по типу неврозов. Большую роль при этом играют изменения в эндокринной сфере, главным образом коры надпочечников и гипофиза. Вторично, вследствие нарушения регуляции, могут возникать изменения в различных органах и системах.

Перетренированность

Впервые картину и причины перетренированности описали С.П. Летунов, Р.Г. Мотылянская, рассматривая перетренированность как хроническую усталость, вызванную длительными нервными и физическими перегрузками. Чаще перетренированность возникает у тренированных спортсменов с ослабленной нервной системой, не сумевших справиться с трудностями и различными стрессами, в период особенно больших напряжений, нередко на пике спортивной формы, под влиянием частых (особенно неудачных) соревнований и очень жесткого режима тренировки. Общая и спортивная работоспособность падает, пропадает интерес к тренировке, порой появляются различные болезни и желание уйти от соревнований. Мне лично пришлось наблюдать такой случай у одного из наших лучших футболистов на Олимпиаде. Он был совсем не похож на себя, боялся ворот нападающих. И вот однажды, находясь в очень выгодном положении (по существу, один на один с вратарем), он передал мяч другому нападающему, находящемуся в весьма невыгодном положении, и игра (а она была решающей), конечно, была проиграна.

После этого у него была длительная апатия, раздражительность, агрессивность, плохой сон, появилась тяжесть в области сердца, в ногах, постоянная эмоциональная напряженность. И несмотря на то что товарищи отнеслись к нему с пониманием, он так и не вернул своего высокого мастерства.

Спортивные результаты таких спортсменов становятся неустойчивыми, падают сила и скорость, появляется вестибулярная неустойчивость, теряется взаимопонимание со спортсменами, тренерами, семьей. Снижается половая функция, появляются гормональные расстройства, снижаются показатели легочной вентиляции. Определяется вегетативная неустойчивость, нарушение пульса. Снижается свойственная высокой тренированности экономизация. Может развиться гипертония.

Раньше всего ухудшается адаптация к большим нагрузкам. Г.А. Макарова считает, что в зависимости от индивидуальных особенностей могут преобладать неврологические, кардиологические или смешанные симптомы.

Различают 3 стадии заболевания. Первая нередко пропускается. Третья, в связи с повышением культуры тренеров и знаний спортивных врачей, теперь встречается редко.

Первая стадия, если ее вовремя выявить, быстро проходит. Очень большое значение в лечении имеет дружеская обстановка в команде и семье, психологические методы воздействия.

Лечение – отдых 1-3 недели, уменьшение нагрузки, изменение условий, переключение, снятие нервного напряжения в жизни. На первых порах используют преимущественно неспецифические упражнения. Полезны прогулки, плавание, ходьба на лыжах, игры. Участие в соревнованиях исключается до полного восстановления.

Широко используют средства повышения общей устойчивости организма, нормализующие работу нервной системы – сон, музыку, сбалансированное питание.

Физическое перенапряжение

А. Г. Дембо впервые в 1960 г. объяснил нарушения процессов реполяризации сердца у спортсменов следствием физического перенапряжения из-за несоответствия предъявляемых нагрузкой требований функциональным возможностям сердечной мышцы. Еще раньше (1930-1960 гг.) Г.Ф. Ланг, А. Л. Мясников и др. доказали возможность развития миокардиодистрофии под влиянием гуморально-гормональных механизмов регуляции обмена, недостатка калия в клетках миокарда, гипоксического действия избытка катехоламинов, повышения стероидных гормонов и токсина при больших нагрузках. Р.Е. Мотылянская отмечала роль активации продуктов окисления.

А. Г. Дембо различает 3 стадии миокардиодистрофии у спортсменов как проявление физического перенапряжения. В первой снижается амплитуда зубца Т, появляются симптомы TV2=TV6, зубец Т может стать изоэлектрическим, или двугорбым. Во второй стадии появляются двугорбые, отрицательные, иногда и очень высокие остроконечные Т, в отдельных отведениях. В третьей – глубокие (2-4 мм) отрицательные Т во многих отведениях.

Преимущественные изменения в тех или иных отведениях зависят от локализации процесса. Для поражения левого желудочка характерны изменения TV4-6 со смещением сегмента ST кверху правого желудочка – комплекс типа RSr и смещенность зубцов TV1-2. Некоторые считают наиболее ранним признаком куполообразный, смещенный вверх сегмент ST.

В отличие от перетренированности при хроническом перенапряжении (ДМФП) преобладают локальные изменения, а общее состояние и работоспособность (в ранних стадиях) может даже не меняться. Острая фаза чаще всего отсутствует, диагноз же нередко устанавливается только по ЭКГ, что затрудняет своевременное принятие мер к восстановлению.

И хотя спортсмены с хроническим перенапряжением миокарда, часто не высказывают каких-либо жалоб, их надо подвергнуть углубленному обследованию, поскольку при этом в ряде случаев с помощью специальных методов удается обнаружить увеличение сердца, чрезмерное снижение сократительной способности миокарда, его биоэлектрической активности, пролапс клапана, нарушение сердечного ритма, другие изменения и обязательно провести лечение. Иногда у спортсменов с перенапряжением удается выявить увеличение сердца, которое носит временный характер и уменьшается до обычных для данного спортсмена размеров после общей физической нагрузки. В ряде случаев высокие результаты сохраняются, отсутствует повышенная утомляемость, атипические реакции, ухудшение гемодинамики, снижение иммунитета. Нередко у таких спортсменов обнаруживаются нарушения ритма и другие изменения.

Чаще всего эти явления наблюдаются в период больших нагрузок, напряженных соревнований, а также у юных спортсменов.

Лечение проводят курсами в 1-3 недели, далее – профилактика. На рис. 1, 1,а представлены примеры улучшения функционального состояния сердца в результате успешного лечения.

На слайдах 2, 3, 4, представлены динамические ЭКГ футболистов и пловцов (улучшение при снижении нагрузок и ухудшение при их увеличении). Таких спортсменов следует подвергать углубленному обследованию даже при сохранении высокой спортивной работоспособности и хорошей переносимости нагрузок. При этом следует иметь в виду, что аналогичные изменения электрокардиограммы можно наблюдать при невралгических и психических заболеваниях. Выраженной рабочей гипертрофии миокарда, при высоких зубцах R и малых S, при выраженной брадикардии, четких изменениях гипертрофии миокарда и Эхо КГ и гормональном, функциональном состоянии, при нарушении трофического кровообращения, особенно у спортсменов старшего возраста, токсико-инфекционных влияний.

Поэтому подробные клинико-функциональные исследования спортсменов с физическим перенапряжением даже при высокой работоспособности и высоких результатах необходимы для решения допуска к дальнейшим тренировкам, ибо возможно появление (во второй и третьей стадиях) болей в области сердца, аритмий и развитие впоследствии сердечной недостаточности и даже возможен смертельный исход. Хотя есть и другие мнения.

Хроническое физическое перенапряжение может коснуться и других органов, например в легких – это проявляется в виде эмфиземы, в печени – печеночно-болевого синдрома, в опорно-двигательном аппарате – дистрофических изменений мышц, остеопороз, изменение минерального состава кости, в почках – изменения состава мочи (белок, эритроциты после нагрузки).

ЛИСТ

изменений рабочей учебной программы по дисциплине
ОП.04 Основы врачебного контроля

Дополнения и изменения, вносимые в рабочую программу дисциплины

Основания внесения дополнений и изменений	Раздел РПД, в который вносятся изменения	Содержание вносимых дополнений, изменений
Предложение работодателя		
Предложение составителя программы	Перечень рекомендуемой литературы (пункт 5)	Обновление перечня литературы
Другие основания		

Составитель: преподаватель _____ И.Т. Коротенко
подпись

Утверждена на заседании цикловой комиссии общеобразовательных дисциплин протокол № 10 от «11» июня 2019 г . г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии
общеобразовательных дисциплин
_____Г.В. Щетинина .
«11» июня 2019 г.

Начальник УМО филиала _____ А.С. Демченко
«13» июня 2019 г.

Заведующая библиотекой филиала _____ М.В. Фуфалько
«13» июня 2019 г.

Начальник ИВЦ (программно-информационное
обеспечение образовательной программы)_____ В.А. Ткаченко
«13» июня 2019 г.