МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Шуйский филиал ИвГУ

Кафедра безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры

ОДОБРЕНО:
Руководитель ОП
(подпись) Н.Е. Хромцов

«25» февраля 2025 г.

Рабочая программа дисциплины
СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) образовательной программы:	Фитнес-технологии и массовый спорт

Шуя

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Спортивная медицина» являются формирование систематизированных знаний по вопросам врачебно-педагогического обеспечения занятий физическими упражнениями и спортом, направленного на укрепление здоровья занимающихся физической культурой и спортом, повышения работоспособности, предупреждение и реабилитация травм и заболеваний.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Спортивная медицина» является обязательной для изучения; относится к обязательной части блока дисциплин Б1.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности обучающихся к освоению дисциплин: Массовый спорт, Тренажеры в физической культуре и спорте, Мониторинг физического состояния человека, подготовке к сдаче и сдаче государственного экзамена, подготовке к процедуре защиты и защите выпускной квалификационной работы.

Знать: методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; психологические особенности занимающихся физическими упражнениями.

Уметь: интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; пользоваться контрольно-измерительными приборами.

Иметь опыт: проведения антропометрических измерений; применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; применения профессиональной терминологии; владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

3.1. Компетенции, формированию которых способствует данная дисциплина

При реализации дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

б) общепрофессиональные компетенции (ОПК) и индикаторы их достижения:

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
Обеспечение безопасности	ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-7.1. Знает: предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; основные разделы гигиенической науки и их содержания; санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к

		соревнованиям и в восстановительном периоде; нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения

		безопасности и профилактики травматизма; факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС. ОПК-7.2. Умеет: обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; проводить мероприятия по санитарно-

		просветительной работе в спортивных коллективах; распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. ОПК-7.3. Имеет опыт: измерения

		основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; использования специальной аппаратуры и инвентаря; оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом; составления плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; обеспечения безопасности проведения занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.
Контроль и анализ	ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	ОПК-9.1. Знает: методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; механические характеристики тела человека и его движений; систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;

		влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС;

		особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. ОПК-9.2. Умеет: интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; оценивать эффективность статических положений и движений человека; с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса; оценивать результаты норм ВФСК «ГТО» на основе объективных методов

		контроля; пользоваться контрольно-измерительными приборами; использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов; использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС. ОПК-9.3. Имеет опыт: проведения антропометрических измерений; применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.

3.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с формируемыми компетенциями

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; основные разделы гигиенической науки и их содержания; санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при

подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС. (ОПК-7, (индикаторы – 1, 2, 3).

- методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; механические характеристики тела человека и его движений; систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; роль педагогического контроля в

целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. ОПК-9 (индикаторы – 1, 2, 3).

Уметь:

- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.

ОПК-7.3. Имеет опыт: измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; использования специальной аппаратуры и инвентаря;

оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом; составления плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; обеспечения

безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; (ОПК-7, (индикаторы – 1, 2, 3).

- интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; оценивать эффективность статических положений и движений человека; с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; использовать методы оценки волевых качеств спортсмена;

подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса; оценивать результаты норм ВФСК «ГТО» на основе объективных методов контроля; пользоваться контрольно-измерительными приборами; использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов; использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС. (ОПК-9, (индикаторы – 1, 2, 3).

- Имеет опыт: измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; использования специальной аппаратуры и инвентаря; оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом; составления плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; обеспечения безопасности проведения занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся. (ОПК-7, (индикаторы – 1, 2, 3).
- проведения антропометрических измерений; применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов,

липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС. (ОПК-9, (индикаторы – 1, 2, 3).

4. Объём и содержание дисциплины

Очная форма обучения

Объём дисциплины составляет 3 зачётные единицы (81 час.)

Контактная работа 24,25 час.

Самостоятельная работа 56,75 час.

Виды учебных занятий и формы промежуточной аттестации	3 сем.	
	Контактная работа с преподавателем	Самостоятельная работа обучающегося
Лекции	12	56,75
Практические занятия	12	
Зачёт с оценкой	0,25	-
Всего	24,25	56,75

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и объемом учебных занятий

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и объем (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа		Самостоятельная работа обучающегося	
				Лаб.	Пр.		
1	История развития, цели, задачи и принципы организации врачебно-педагогического контроля в физической культуре. Основы общей патологии.	3	1,5	-	1,5	8	
2	Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и	3	1,5	-	1.5	8	

	спортом						
3	Особенности врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами	3	3	-	3	8	Текущий контроль №1
4	Медицинское обеспечение при проведении спортивных соревнований	3	1,5	-	1,5	8	
5	Средства ускорения восстановления. Переутомление, перетренированность и-хроническое перенапряжение ведущих органов и систем организма спортсменов.	3	1,5	-	1,5	8	
6	Медицинское обеспечение массовой физической культуры	3	1,5	-	1,5	8	
7	Диагностика, лечение и профилактика спортивных травм и заболеваний. Неотложная помощь при острых патологических состояниях в спорте.	3	1,5	-	1,5	8,75	Текущий контроль №2
ИТОГО			12	-	12	56,75	Зачет с оценкой

4.2. Развернутое описание содержания учебного материала по разделам (темам)

Тема 1. История развития, цели, задачи и принципы организации врачебно-педагогического контроля в физической культуре. Основы общей патологии

Значение знаний, умений и навыков в области спортивной медицины для специалистов по физической культуре и спорту. Взаимосвязь спортивной медицины с другими дисциплинами. История развития отечественной спортивной медицины. Цели и задачи спортивной медицины. Методы обследования и формы работы в спортивной медицине. Принципы организации отечественной спортивной медицины. Функции кабинетов врачебного контроля и врачебно-физкультурных диспансеров. Основная медицинская документация.

Понятие о здоровье и болезни. Основные формы возникновения, течения и окончания болезни. Исходы болезни. Терминальные состояния. Клинические представления о конституции. Патологическая наследственность. Реактивность организма: индивидуальная, физиологическая, патологическая, специфическая иммунологическая, неспецифическая

Тема 2. Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом

Принципы организации углубленного и этапного медицинских обследований. Принципы оценки состояния здоровья. Основные заболевания и патологические состояния, являющиеся противопоказанием к занятиям спортом. Принципы допуска к занятиям спортом лиц с пограничным состоянием.

Принципы обследования опорно-двигательного аппарата. Принципы исследования функциональных возможностей центральной нервной системы, нервно-мышечного аппарата, анализаторов, кардиореспираторной системы и системы внешнего дыхания. Принципы исследования общей физической подготовленности. Принципы исследования энергетических возможностей.

Текущий и срочный педагогический контроль над представителями разных спортивных специализаций. Показатели текущего и срочного функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Текущие изменения морфологического и биохимического состав крови. Показатели срочного функционального состояния организма.

Тема 3. Особенности врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами

Морфофункциональные особенности систем организма юных спортсменов. Медицинские обследования спортсменов с учетом возраста и пола. Особенности организации занятий физической культурой и спортом в детском и подростковом спорте. Обоснование сроков допуска к занятиям физической культурой и спортом. Принципы дозирования физических нагрузок детей и подростков. Сроки возобновления занятий физическими упражнениями после перенесенных заболеваний.

Тема 4. Медицинское обеспечение при проведении спортивных соревнований

Принципы организации медицинского обеспечения спортивных соревнований на различных этапах. Оформление заявок и медицинских справок для участия в соревнованиях. Принципы организации антидопингового контроля. Понятие допинга. Последствия применения допинга. История употребления допинга спортсменами. Запрещенные вещества и методы. Борьба с употреблением допингов в спорте. Секс контроль.

Тема 5. Средства ускорения восстановления. Переутомление, перетренированность и хроническое перенапряжение ведущих органов и систем организма спортсменов.

Средства, используемые в целях оптимизации процессов восстановления в спорте. Педагогические и психологические средства восстановления. Медицинские средства восстановления: гигиенические и вспомогательные. Медицинские последствия переутомления и перетренированности. Хроническое физическое перенапряжение ведущих органов и систем организма у спортсменов.

Тема 6. Медицинское обеспечение массовой физической культуры

Комплекс медицинских обследований при допуске к занятиям оздоровительной физической культурой. Принципы определения уровня физического состояния лиц, занимающихся физической культурой. Принципы определения уровня общей физической работоспособности у лиц среднего и пожилого возраста. Двигательные режимы в системе оздоровительной физической культуры. Количество, содержание и дозировка физических упражнений для развития и поддержания физического состояния.

Тема 7. Диагностика, лечение и профилактика спортивных травм заболеваний. Неотложная помощь при острых патологических состояниях в спорте.

Понятие о травме и неотложных состояниях. Причины спортивных травм. Острые травмы у спортсменов. Повреждения в различных видах спорта. Профилактика травм в спорте. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.

Заболевания, наиболее часто встречающиеся в практике спортивной медицины. Заболевания, которые могут явиться причиной внезапной смерти при занятиях физической культурой и спортом.

5. Образовательные технологии, в том числе перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

В процессе изучения дисциплины предусматривается использование следующих образовательных технологий, методов обучения и инновационных форм учебных занятий: технологии проблемного обучения, технологий развития критического мышления, технологии коллективного способа обучения, интерактивных занятий.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: мультимедиа технологии, технологии визуализации, облачные технологии.

Для подготовки докладов, выполнения индивидуальных заданий студенты используют электронный каталог библиотеки, электронные ресурсы электронных библиотечных систем «Университетская книга» (Режим доступа: www.biblioclub.ru), Коллекция Шуйского филиала ИвГУ на национальном цифровом ресурсе «Руконт».

При этом используются разнообразные технические устройства и программное обеспечение, информационные и коммуникационные технологии.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине осуществляется в форме выполнения практико-ориентированных заданий по темам.

Доступ к методическим материалам осуществляется через сайт Шуйского филиала ИвГУ. Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приводится в приложении 1 к настоящей программе.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине

На зачете с оценкой по дисциплине «Спортивная медицина» контролируемые знания, умения и владения, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы, проверяются разноуровневыми заданиями: тест-задание (пороговый уровень), контрольная работа (базовый уровень) и кейс-задача (повышенный уровень).

Тестирование проводится на зачете с оценкой в течение 40 минут.

Критерии оценки:

Тест-задание состоит из 38 вопросов (максимальное количество баллов – 19,5) и оценивается по 0,5 балла за каждый правильный ответ.

Если по отдельной теме студент набирает количество баллов ниже зачётного, то тема считается неосвоенной и баллы в рейтинг не прибавляются.

Контрольная работа выполняется письменно на зачете с оценкой. Задание проверяется и оценивается на зачете с оценкой.

Критерии оценки:

Задание оценивается в 5,5 баллов. При оценивании учитываются следующие критерии:

Критерии формирования оценки	Шкала оценивания
1. Точность разработки самостоятельного задания. 2. Логичность и системность построения	5,5 баллов

самостоятельного задания. 3. Владение терминологическим аппаратом. 4. Умение привести примеры, иллюстрирующие теоретические положения. 5. Грамотно, аккуратно выполнена практическая часть.	
1. Информация с фактической стороны представлена верно. 2. Работа выстроена системно, в логической последовательности. 3. Термины используются корректно, и их значение объясняется студентом. 4. Приводятся примеры на теоретические положения. 5. Грамотно, аккуратно выполнена практическая часть самостоятельной работы, но с небольшими отклонениями.	4 балла
1. Информация с фактической стороны представлена верно. 2. Допущены нарушения принципа системности в построении работы. 3. Допущена неточная трактовка некоторых терминов. 4. Имеются затруднения с нахождением примеров подтверждения теоретического положения. 5. Грамотно, но неаккуратно выполнена практическая часть самостоятельной работы.	3-2 балла
1. Информация с фактической стороны представлена не совсем верно. 2. Работа выстроена с нарушением логической последовательности. 3. Студент некорректно трактует базовые термины. 4. Студент не может привести примеры, иллюстрирующие теоретические положения. 5. Не выполнена практическая часть контрольной работы.	1-0 балл

Кейс-задача выполняется студентом письменно на зачете с оценкой.

Критерии оценки:

Задание оценивается в 5 баллов. При оценивании учитываются следующие критерии:

Критерии формирования оценки	Шкала оценивания
1. изложение материала логично, грамотно, без ошибок; 2. свободное владение профессиональной терминологией; 3. умение высказывать и обосновать свои суждения; 4. студент дает четкий, полный, правильный ответ на	5 баллов

теоретические вопросы; 5. студент организует связь теории с практикой.	
1. студент грамотно излагает материал; ориентируется в материале, владеет профессиональной терминологией, осознанно применяет теоретические знания для решения кейса, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности; 2. ответ правильный, полный, с незначительными неточностями или недостаточно полный.	4 балла
1. студент излагает материал неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении знаний для решения кейса, не может доказательно обосновать свои суждения; 2. обнаруживается недостаточно глубокое понимание изученного материала	3-2 балла
1. отсутствуют необходимые теоретические знания; допущены ошибки в определении понятий, искажен их смысл, не решен кейс; 2. в ответе студента проявляется незнание основного материала учебной программы, допускаются грубые ошибки в изложении, не может применять знания для решения кейса.	1-0 балл

Очная форма обучения

Для текущего контроля успеваемости используются такие виды работ, как тестирование, контрольная работы, выполнение практико-ориентированных заданий.

На зачете с оценкой используется письменная форма проведения зачета с оценкой, а также рейтинговая (накопительная) система оценивания результатов обучения. Максимальное количество баллов, которое возможно получить на зачете с оценкой – 30 баллов.

Оценка результатов освоения дисциплины при рейтинговой системе оценивания формируется по 100-балльной шкале из результатов текущего контроля успеваемости и результатов, полученных на зачете с оценкой.

Оценка на зачете с оценкой выставляется по следующей шкале:

Шкала оценки результатов освоения дисциплины «Спортивная медицина» при рейтинговой системе оценивания

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
85-100 баллов	71-84 балла	61-70 баллов	60 и менее баллов

Фонд оценочных средств по дисциплине «Спортивная медицина» в полном объёме представлен в Приложении 2 к рабочей программе.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Учебная и учебно-методическая литература:

– основная литература:

1. Белова, Л. В. Спортивная медицина : учебное пособие / Л. В. Белова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016. – 149 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915. – Текст : электронный.

2. Миллер, Л. Л. Спортивная медицина : учебное пособие / Л. Л. Миллер ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Москва : Человек, 2015. – 185 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461419. – ISBN 978-5-906131-47-8. – Текст : электронный.

3. Николаев, В. С. Двигательная активность и здоровье человека (теоретико-методические основы оздоровительной физической тренировки) : учебное пособие / В. С. Николаев, А. А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 82 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577707. – ISBN 978-5-4499-0148-4. – DOI 10.23681/577707. – Текст : электронный.

− дополнительная литература:

1. Детская спортивная медицина : учебное пособие / под ред. Т.Г. Авдеевой, И.И. Бахраха. - 4-е изд.; испр. и доп. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. - 320 с.

2. Дубровский, В. И. Спортивная медицина : учебник / В. И. Дубровский. - Москва: ВЛАДОС, 2002. - 512 с.

3. Краткий курс лекций по спортивной медицине : учебное пособие для студентов вузов / А. Л. Александри [и др.]; под ред. А. В. Смоленского. - Москва: Физическая культура, 2005. - 192 с.

4. Кулиненков, О. С. Медицина спорта высших достижений / О. С. Кулиненков. – Москва : Спорт, 2016. – 321 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460860. – ISBN 978-5-9907239-6-2. – Текст : электронный.

5. Магин, В.А. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности спортивной деятельности : учебное пособие / В. А. Магин, В. В. Вучева, О. Н. Мещерякова. - Ставрополь: АГРУС, 2010. - 204 с.

6. Макарова, Г. А.Лабораторные показатели в практике спортивного врача : справочное руководство / Г. А. Макарова, Ю. А. Холявко. - Москва: Советский спорт, 2006. - 200 с

7. Практические аспекты спортивной медицины : учебно-методическое пособие / сост. И. А. Мищенко. – Липецк : Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2017. – 93 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577142 . – Текст : электронный.

8. Руководство по спортивной медицине / под ред. В.А. Маргазина. - Санкт-Петербург :СпецЛит, 2012. - 487 с

Интернет-ресурсы:

http://www.un.org/russian/conferen/women/womplat.htm - федеральный портал – российское образование

http://minsport.gov.ru – Министерство спорта Российской Федерации. Официальный сайт.

http://www.olympic.ru – Олимпийский Комитет России. Официальный сайт.

http://ru.wikipedia.org/wiki - Википедия - свободная энциклопедия

https://dmp.ivanovoobl.ru – Департамент спорта Ивановской области

Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн»;

Коллекция Шуйского филиала ИвГУ на национальном цифровом ресурсе «Руконт»;

Словари и энциклопедии на Академике. - https://dic.academic.ru/.

Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн»;

Коллекция Шуйского филиала ИвГУ на национальном цифровом ресурсе «Руконт»;

Словари и энциклопедии на Академике. - https://dic.academic.ru/ .

Программное обеспечение:

В процессе изучения дисциплины используются офисные пакеты Microsoft Office, Open Office, программа для просмотра и чтения файлов PDF Adobe Acrobat Reader DC, программа для воспроизведения флэш-анимации в браузерах Adobe Flash Player, вэб-обозреватели Google Chrome, Opera, Антивирус Касперского, 1С университет.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории.
2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.
3. Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.
4. Помещение для самостоятельной работы, оснащенное специализированной мебелью, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.
5. Учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации: презентации, видео- и DVD фильмы, стенды, муляжи.

Автор рабочей программы дисциплины: И.В. Уткин, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры, кандидат медицинских наук, доцент.

Программа рассмотрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры
«20» февраля 2025 г., протокол № 6

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _ от «__» _____ 20_ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Н.Е. Хромцов
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _ от «__» _____ 20_ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Н.Е. Хромцов
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _ от «__» _____ 20_ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Н.Е. Хромцов
(подпись)

Приложение 1

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Задания для самостоятельной работы

Тема 1. История развития, цели, задачи и принципы организации врачебно-педагогического контроля в физической культуре. Основы общей патологии

Составьте планы ответов по следующим вопросам:
1. Назовите отечественных и зарубежных специалистов по спортивной медицины и оцените их вклад в развитие спортивной медицины?
2. Дайте определение понятия "здоровье" и определите его признаки.
3. В чем причина относительности понятия "здоровье" и "норма".
4. Значение понятия "предпатология" для занимающихся физической культурой и спортом.
5. Раскройте понимание патологической реакции, патологического процесса, патологического состояния.
6. Охарактеризуйте возможные исходы заболеваний, свяжите этот вопрос с практикой спортивной медицины.
7. Определите понятия болезнь, этиология, патогенез; охарактеризуйте внешние и внутренние причины болезней.
8. Раскройте значение в развитии болезней – трех главных патогенетических механизмов.

Тема 2. Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом

Составьте планы ответов по следующим вопросам:
1. В чем заключается структурная перестройка сердца у тренирующегося человека.
2. Объясните понятие "физиологическая гипертрофия".
3. Какие различия в структурных изменениях сердца характерны для спортсменов, тренирующихся на выносливость и спортсменов – силовой направленности.
4. Объясните принципы адаптации сердца к физическим нагрузкам.
5. Какие функциональные показатели системы органов дыхания вы знаете?
6. Какие инструментальные методы применяются при исследовании системы органов дыхания?
7. Какие заболевания системы органов дыхания встречаются у спортсменов и с чем это связано?
8. Какие особенности имеет клиническая картина острого бронхита в отличие от острой пневмонии?
9. В каких случаях врач дает допуск к тренировкам или к участию в соревнованиях спортсмена с заболеваниями органов дыхания?
10. Какие профилактические мероприятия применяют для предупреждения заболеваний системы органов дыхания?
11. Назовите заболевания желудочно-кишечного тракта, при которых запрещаются занятия спортом?
12. Назовите наиболее часто встречающиеся заболевания пищеварительной системы у спортсменов?
13. Назовите причины печеночно-болевого синдрома у спортсменов.
14. Каковы изменения крови при физических нагрузках?

15. Дайте характеристику маршевой протеинурии и чем обусловлены изменения в моче у спортсменов?

Тема 3. Особенности врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами

Составьте планы ответов по следующим вопросам:
1. Опишите особенности организации врачебного контроля за юными спортсменами.
2. Какие методы исследования состояния здоровья применимы к юным спортсменам?
3. Каковы критерии полового созревания?
4. Назовите основные противопоказания для занятий спортом у детей?

Тема 4. Медицинское обеспечение при проведении спортивных соревнований

Составьте планы ответов по следующим вопросам:
1. Составьте план медицинского обслуживания соревнований.
2. Правила оформления заявок и справок на спортивные соревнования.
3. Что такое допинг, какие вещества, лекарственные препараты и методы относятся к допингам?
4. Каково действие и последствия применения допинга на организм спортсмена
5. Какие санкции применяют к спортсменам, употребившим допинг.
6. Что такое секс-контроль?

Тема 5. Средства ускорения восстановления. Переутомление, перетренированность и хроническое перенапряжение ведущих органов и систем организма спортсменов.

Составьте планы ответов по следующим вопросам:
1. Перечислите основные современные группы лекарственных средств, действие которых способствует ускорению процессов адаптации, восстановления и повышения работоспособности у спортсменов.
2. Назовите наиболее изученные препараты адаптогенов растительного и животного происхождения. Их роль в организме.
3. Какие обменные процессы нормализуют антиоксиданты в организме спортсменов при их применении?
4. Объясните роль витаминов и коферментов при их применении. Назовите основные витаминные группы и коферменты.
5. Дайте краткую характеристику основным препаратам пластического и энергетического действия, используемым в спортивной медицине.

Тема 6. Медицинское обеспечение массовой физической культуры

Составьте планы ответов по следующим вопросам:
1. Значение медицинских обследований при допуске к занятиям оздоровительной физической культурой.
2. Оценка физического состояния лиц среднего и пожилого возраста, занимающихся физической культурой.
3. Дозировка физических упражнений для развития и поддержания физического состояния лиц среднего и пожилого возраста.

Тема 7. Диагностика, лечение и профилактика спортивных травм и заболеваний. Неотложная помощь при острых патологических состояниях в спорте.

Составьте планы ответов по следующим вопросам:
1. Опишите факторы риска спортивных травм.
2. Каковы причины травматизма в спорте?

3. В каких видах спорта чаще наблюдаются повреждения мениска.
4. Какие существуют заболевания повышенного риска внезапной смерти в спорте?
5. Каковы причины внезапной кардиальной смерти в спорте?
6. Основные методы многоуровневого обследования спортсменов?

Комплект практико-ориентированных заданий

Задание № 1

1) Освоить правила и технику исследования физического развития, особенности телосложения и состояние опорно-двигательного аппарата с помощью методов соматоскопии и антропометрии.
2) Провести соматоскопическое и антропометрическое исследования и записать результаты.
3) Освоить методику оценки показателей физического развития по методу стандартов.

Задание № 2

1) Визуальные наблюдения за влиянием занятий на группу.
2) Определение реакции занимающегося на физическую нагрузку:

а) по изменениям частоты пульса и артериального давления;

б) по данным наблюдениям за изменениями силы кистей и координационной пробы.

3) Испытания с повторными специфическими нагрузками и испытаниями с дополнительной стандартной нагрузкой для оценки воздействия нагрузки тренировочного занятия.

Задание № 3

1) Освоить методику регистрации пульса и АД, в покое и после функциональной пробы.
2) Провести пробу Летунова.
3) Оценить функционально состояние сердечно-сосудистой системы на пробу Летунова.

Задание № 4

1) Освоить методику определения основных показателей внешнего дыхания и проведения проб.
2) Оценить полученные данные и сделать заключение о функциональном состоянии системы внешнего дыхания.

Задание № 5

1) Провести ВПН в процессе 1 учебного часа (45 мин.), используя 4 формы наблюдений: визуальные наблюдения, пульсометрию, координационную пробу, пробу с повторными нагрузками.

Задание № 6

1) Освоить методику определения основных показателей внешнего дыхания и проведения проб.
2) Оценить полученные данные и сделать заключение о функциональном состоянии системы внешнего дыхания.

Задание № 7

1) Провести «степ-тест».

2) Исследовать функциональное состояние сердечно-сосудистой системы на «степ-тест».
3) Произвести расчет МПК (максимальное потребление кислорода на кг веса тела – МПК/кг).

Задание № 8

1) Подготовить рабочую таблицу для расчетов.

2) Записать меню-раскладку суточного рациона в рабочую таблицу, используя при этом данные специальной таблицы.

3) Вычислить количество белков, жиров, углеводов, калорий, витаминов и минеральных солей в каждом отдельном продукте, входящем в состав определенного блюда.

4) Определить величины, характеризующие содержание белков, жиров, углеводов, калорий, витаминов и минеральных солей по каждому приему пищи и за сутки, сложив данные соответственно в каждой графе.

5) Сопоставить полученные данные за сутки с нормами суточной потребности в пищевых веществах и показателями суточного расхода энергии и на основании этого сделать заключение о суточном рационе.

6)

Задание № 9

7) Оценить трудоспособности человека при выполнении работы, требующей внимания с помощью таблицы для определения остроты зрения, периметра Форстера, секундомера.

Перечень примерных тем для контрольных работ

Тема 1. История развития, цели, задачи и принципы организации врачебно-педагогического контроля в физической культуре. Основы общей патологии.

Вариант 1.

Задание 1. Функции кабинетов врачебного контроля и врачебно-физкультурных диспансеров. Основная медицинская документация.

Задание 2. Реактивность организма: индивидуальная, физиологическая, патологическая, специфическая иммунологическая, неспецифическая. Иммунологическая реактивность.

Вариант 2.

Задание 1. Значение знаний, умений и навыков в области спортивной медицины для специалистов по физической культуре и спорту.

Задание 2. Понятие о здоровье и болезни. Основные формы возникновения, течения и окончания болезни. Исходы болезни.

Тема 2. Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом

Вариант 1.

Задание 1. Принципы организации первичного и ежегодно-углубленных медицинских обследований.

Задание 2. Показатели срочного функционального состояния организма.

Вариант 2.

Задание 1. Текущий и срочный педагогический контроль над представителями разных спортивных специализаций.

Задание 2. Врачебно-педагогический контроль при проведении тренировочного процесса в различных климатогеографических условиях.

Тема 3. Особенности врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами

Вариант 1.

Задание 1. Сроки возобновления занятий физическими упражнениями после перенесенных заболеваний.

Задание 2. Морфофункциональные особенности систем организма юных спортсменов.

Вариант 2.

Задание 1. Малые аномалии развития у детей и подростков.

Задание 2. Особенности организации занятий физической культурой и спортом в детском и подростковом спорте.

Тема 4. Медицинское обеспечение при проведении спортивных соревнований

Вариант 1.

Задание 1. Принципы организации медицинского обеспечения спортивных соревнований на различных этапах.

Задание 2. Понятие о предельно-допустимых дозах, радиационной разведке, радиометрическом и дозиметрическом контроле.

Вариант 2.

Задание 1. Особенности медицинского обеспечения соревнований по восточным единоборствам.

Задание 2. Понятие допинга. Последствия применения допинга.

Тема 5. Средства ускорения восстановления. Переутомление, перетренированность и хроническое перенапряжение ведущих органов и систем организма спортсменов.

Вариант 1.

Задание 1. Средства, используемые в целях оптимизации процессов восстановления в спорте.

Задание 2. Медицинские последствия переутомления и перетренированности.

Вариант 2.

Задание 1. Педагогические и психологические средства восстановления. Медицинские средства восстановления: гигиенические и вспомогательные.

Задание 2. Хроническое физическое перенапряжение ведущих органов и систем организма у спортсменов.

Тема 6. Медицинское обеспечение массовой физической культуры

Вариант 1.

Задание 1. Комплекс медицинских обследований при допуске к занятиям оздоровительной физической культурой.

Задание 2. Принципы определения уровня физического состояния лиц, занимающихся физической культурой.

Вариант 2.

Задание 1. Принципы определения уровня общей физической работоспособности у лиц среднего и пожилого возраста.

Задание 2. Количество, содержание и дозировка физических упражнений для развития и поддержания физического состояния.

Тема 7. Диагностика, лечение и профилактика спортивных травм и заболеваний. Неотложная помощь при острых патологических состояниях в спорте.

Вариант 1.

Задание 1. Понятие о травме и неотложном состоянии

Задание 2. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.

Вариант 2.

Задание 1. Заболевания, наиболее часто встречающиеся в практике спортивной медицины. Заболевания, которые могут явиться причиной внезапной смерти при занятиях физической культурой и спортом.

Задание 2. Повреждения в различных видах спорта. Профилактика травм в спорте.

Перед написанием контрольной работы, прежде всего, необходимо ознакомиться с перечнем рекомендуемой литературы, затем прочитать один раз основные источники по теме и приступить к составлению плана изложения.

На втором этапе необходимо законспектировать и проанализировать основные положения работы, а затем приступить к изложению своими словами содержания контрольной работы, придерживаясь последовательности в изложении материала, в соответствии с планом. При необходимости можно приводить цитаты, взятые в кавычки, из источников с указанием автора, названия литературного источника, года издания и издательства. Списывание текста из источника категорически воспрещается, так же как не допускается своими словами пересказ одного лишь учебника или учебного пособия. В случае получения неудовлетворительной оценки (отрицательной рецензии) за контрольную работу следует учесть все замечания, внести соответствующие изменения в содержание работы и вновь представить ее в переработанном виде.

Контрольная работа должна быть соответствующе оформлена, составлять не более 8-10 страниц рукописного текста и отражать существенные ключевые моменты темы.

Структура контрольной работы

1) титульный лист – без нумерации;

2) план – с указанием рассматриваемых разделов по выбранной теме;

3) введение – с краткой аннотацией выполненной работы;

4) анализ изучаемой темы по рекомендуемому ниже перечню содержания контрольных работ (или выбранной самостоятельно) с заключением по обзору литературных источников;

5) выводы – по существу выполненной работы;

6) библиография – перечень литературы, используемой для написания текста контрольной работы (в алфавитном порядке).

Вопросы для самостоятельной подготовки к выполнению заданий текущего и промежуточного контроля

1. История развития отечественной спортивной медицины.
2. Цели и задачи отечественной спортивной медицины.
3. Принципы организации отечественной спортивной медицины.
4. Принципы организации первичных и ежегодных углублённых медицинских обследований.

5. Понятие о здоровье и болезни.
6. Формы возникновения, течения и окончания болезни. Исходы болезни.
7. Клинические представления о конституции.
8. Реактивность организма: индивидуальная, физиологическая, патологическая, специфическая иммунологическая, неспецифическая.
9. Иммунитет. Факторы естественной резистентности. Иммунодефицит.
10. Принципы оценки состояния здоровья в практике спортивной медицины. Основные заболевания и патологические состояния, являющиеся противопоказанием к занятиям спортом.
11. Принципы допуска к занятиям спортом, лиц с пограничными состояниями.
12. Принципы обследования опорно-двигательного аппарата у спортсменов.
13. Принципы организации этапного врачебно-педагогического контроля за представителями различных спортивных специализаций.
14. Принципы исследования функциональных возможностей ЦНС, нервно-мышечного аппарата, анализаторов, кардиореспираторной системы и системы внешнего дыхания.
15. Принципы исследования общей физической работоспособности (PWC 170, Гарвардский степ-тест).
16. Принципы исследования энергетических возможностей организма.
17. Текущий и срочный педагогический контроль за представителями различных спортивных специализаций.
18. Показатели текущего и срочного функционального состояния сердечно-сосудистой системы (проба Мартинэ-Кушелевского, проба Летунова и др.).
19. Текущие изменения морфологического и биохимического состава крови.
20. Показатели срочного функционального состояния организма.
21. Особенности врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами.
22. Патологическая наследственная предрасположенность и высокий риск скрытой патологии.
23. Малые аномалии развития у детей и подростков.
24. Особенности организации занятий физической культурой и спортом в детском и подростковом возрасте.
25. Обоснование сроков допуска к занятиям физической культурой и спортом.
26. Принципы дозирования физических нагрузок детей и подростков. Сроки возобновления занятий физическими упражнениями после перенесённых заболеваний.
27. Особенности организации врачебно-педагогического контроля за женщинами спортсменками.
28. Врачебно-педагогический контроль при проведении тренировочного процесса в условиях среднегорья.
29. Спортивная деятельность в условиях высоких и низких температур.
30. Ресинхронизация циркадных ритмов организма спортсмена после дальних перелётов.
31. Медицинское обеспечение спортивных соревнований в различных видах спорта.
32. Принципы организации антидопингового контроля. Запрещённые вещества и методы.
33. Медицинское обеспечение оздоровительной физической культуры.
34. Педагогические и психологические средства оптимизации процессов восстановления.
35. Медицинские средства оптимизации процессов восстановления и повышения физической работоспособности спортсмена.
36. Медицинские последствия переутомления и перетренированности.
37. Хроническое перенапряжение ведущих органов и систем организма у спортсменов.
38. Внезапная смерть в спорте. Заболевания, которые могут явиться причиной внезапной смерти при занятиях физической культурой и спортом.

39. Острые травмы у спортсменов.
40. Неотложные состояния в спорте. Первая медицинская помощь.