

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Щёкина Вера Витальевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 09.09.2019 12:04:54:59

Уникальный программный ключ:

a2232a55157e576551a4090111094892af53989420420336f01975a454e57789



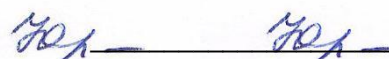
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования

«Благовещенский государственный педагогический университет»

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета
физической культуры и спорта
ФГБОУ ВО БГПУ

 О.В. Юрченко

«22» мая 2019 г.

Рабочая программа дисциплины

КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

Направление подготовки

44.04.01 – ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Профиль

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ И СПОРТИВНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Уровень высшего образования

МАГИСТРАТУРА

Принята
на заседании кафедры теории
и методики физической культуры,
безопасности жизнедеятельности и здоровья
(протокол № 12 от «15» мая 2019 г.)

Благовещенск 2019

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	
Ошибка! Закладка не определена.	
2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.....	4
3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ)	6
4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ.....	8
5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ.....	10
6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА.....	15
7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ.....	24
8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.....	24
9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ.....	24
10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА.....	25
11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ.....	27

1. Пояснительная записка

1.1 Цель дисциплины: знакомство магистра с систематизированными знаниями в области комплексного контроля, техническими средствами.

1.2 Место дисциплины в структуре ООП: Дисциплина Б.1 В. ДВ.9.1 «Комплексный контроль в физической культуре и спорте» относится к дисциплине по выбору вариативной части.

1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций УК-7, ОПК- 9;

- **УК -7.** Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

- **ОПК – 9.** Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения: В результате изучения магистр должен:

- **знать:**

- основные термины, применяемые во врачебном контроле;
- основные понятия и методы исследования во врачебном контроле, особенности проведения врачебного контроля за инвалидами различных нозологических групп;
- основные понятия и методы изучения и оценки различных показателей функционального состояния органов и систем с учетом двигательной нагрузки;
- особенности контроля за влиянием физической нагрузки на организм у лиц разного пола, возраста и патологии;
- организацию системы врачебного контроля при занятиях физической культурой и спортом;
- методику исследования и оценки физического развития;
- классификацию и общие принципы использования средств повышения физической работоспособности и ускорения восстановительных процессов;
- правила оказания неотложной помощи при наиболее частых травмах и острых патологических состояниях при занятиях АФК.

- **уметь:**

- оказывать первую помощь при травме и внезапном заболевании;
- грамотно организовать врачебно-педагогический контроль в процессе занятий физическими упражнениями;
- оценивать физическое развитие, физическую работоспособность и уровень здоровья лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья, в том числе различных категорий инвалидов;
- проводить и оценивать функциональные пробы с физической нагрузкой;
- использовать простейшие медицинские приборы для оценки основных систем организма.

- **владеть:**

- методикой тестирования функционального состояния различных систем организма;
- методикой исследования и оценки общей и специальной физической работоспособности;
- методами исследования физического развития, функционального состояния организма, физической подготовленности и работоспособности в ходе реабилитационной, рекреационной, оздоровительной, тренировочной и соревновательной деятельности;
- приемами оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

- методикой и трактовкой врачебно-педагогических наблюдений;
- организацией медицинского обеспечения спортивных соревнований.

1.5 Общая трудоемкость дисциплины «Комплексный контроль в физической культуре и спорте» составляет 4 зачетные единицы (далее – ЗЕ) (144ч)

№	Наименование раздела	Курс	Семестр	Кол-во часов	ЗЕ
1.	Комплексный контроль физической культуры и спорта	2	3	144	4

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы.

Программа предусматривает изучение материала на лекциях и практических занятиях. Предусмотрена самостоятельная работа магистров по темам и разделам. Проверка знаний осуществляется фронтально и индивидуально.

1.6 Объем дисциплины и виды учебной деятельности:

Объем дисциплины и виды учебной деятельности (очная форма обучения)

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр3
Общая трудоемкость	144	144
Аудиторные занятия	28	28
Лекции	4	4
Практические занятия	24	24
Самостоятельная работа	80	80
Вид итогового контроля	36	экзамен

Объем дисциплины и виды учебной деятельности (заочная форма обучения)

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
Общая трудоемкость	144	3
Аудиторные занятия	20	20
Лекции	4	4
Практические занятия	16	16
Самостоятельная работа	115	115
Вид итогового контроля	9	экзамен

2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2.1 Очная форма обучения

Учебно-тематический план

п/п	Наименование разделов	Всего часов	Виды уч. занятий		
			лекции	лаб.	с/р
1.	Тема. Введение. Основы организации врачебного контроля в России	8	0,5	2	6
2.	Тема. Врачебный контроль в реабилитации инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья	8	0,5	2	6
3.	Тема. Спортивно-медицинская классификация инвалидов	12	0,5	2	6
4.	Тема. Методы врачебного контроля инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья	8	0,5	2	6
5.	Тема. Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста, характера дефекта и патологии, занимающиеся физической культурой и спортом	20	0,5	4	10

6.	Тема. Влияние систематических занятий физической культурой и спортом на висцеральные системы в зависимости от интенсивности нагрузки	20	0,5	2	10
7.	Тема. Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности	10	0,5	4	10
8	Тема. Травматизм и заболевания	6	2	2	6
9	Тема. Допинг-контроль в системе медицинского обеспечения Международных спортивных соревнований	8	0,5	2	10
10	Тема. Острые патологические состояния у спортсменов-инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, занимающихся ФКиС	8	-	2	10
Экзамен		36			
ИТОГО		144	4	24	80

Учебно-тематический план (заочная форма обучения)

п / п	Наименование разделов	Всего часов	Виды уч. занятий		
			лекции	лаб.	с/р
1.	Тема. Введение. Основы организации врачебного контроля в России	8	0,5	1	10
2.	Тема. Врачебный контроль в реабилитации инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья	8	0,5	1	10
3.	Тема. Спортивно-медицинская классификация инвалидов	12	0,5	1	10
4.	Тема. Методы врачебного контроля инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья	8	0,5	1	10
5.	Тема. Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста, характера дефекта и патологии, занимающиеся физической культурой и спортом	20	0,5	2	15
6.	Тема. Влияние систематических занятий физической культурой и спортом на висцеральные системы в зависимости от интенсивности нагрузки	20	0,5	2	15
7.	Тема. Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности	10	0,5	2	15
8	Тема. Травматизм и заболевания	6	2	2	10
9	Тема. Допинг-контроль в системе медицинского обеспечения Международных спортивных соревнований	8	0,5	2	10
10	Тема. Острые патологические состояния у спортсменов-инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, занимающихся ФКиС	8	-	2	10
Экзамен		9			
ИТОГО		144	4	16	115

Интерактивное обучение по дисциплине «Комплексный контроль в физической культуре и спорте»

№	Тема занятия	Вид занятия	Форма интерактивного занятия	Кол-во часов

1.	Тема 2 Врачебный контроль в реабилитации инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья	ЛК	Лекция - дискуссия	2
2.	Тема 1 Введение. Основы организации	ЛБ	Собеседование	2

	врачебного контроля в России			
3	Тема 2 Врачебный контроль в реабилитации инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья	ЛБ	Контрольная работа. Проверка конспектов	4
4.	Тема 4 Методы врачебного контроля инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья	ЛБ	Собеседование. Защита рефератов, докладов, сообщений	2
5	Тема 5 Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста, характера дефекта и патологии, занимающиеся физической культурой и спортом	ЛБ	Коллоквиум	2
6.	Тема 7 Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности	ЛБ	Контрольная работа	2
ИТОГО			14 ч	

3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ)

Тема 1. Введение. Основы организации врачебного контроля в России

Введение. Понятие о медицине и о врачебном контроле. Краткая история возникновения и развития врачебного контроля в России.

Основы организации врачебного контроля в России. Врачебно-физкультурные диспансеры и кабинеты врачебного контроля, их роль и значение в осуществлении систематического врачебного контроля за лицами, занимающимися адаптивной физической культурой (АФК). Основные формы и методы работы, применяемые во врачебном контроле. Медицинское обследование лиц, занимающихся адаптивной физической культурой. Первичные, повторные и дополнительные обследования. Диспансерный метод наблюдения за занимающимися АФК. АФК как один из основных методов вовлечения инвалидов в общественную жизнь.

Тема 2. Врачебный контроль в реабилитации инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья

Цель, задачи и содержание врачебного контроля. Роль и значение врачебного контроля в процессе медико-социальной реабилитации и реадaptации в обществе инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья. Связь врачебного контроля с анатомо-физиологическими перестройками и морфофункциональными изменениями, развивающимися в процессе болезни или травмы. Взаимосвязь задач врачебного контроля с причиной, вызвавшей инвалидность и вторичные изменения, ограничивающие двигательные возможности, необходимость оценки функциональных и резервных возможностей человека. Оценка функционального состояния функциональных систем организма как следствие систематических занятий физической культурой. Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам при патологии зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, психических нарушениях.

Тема 3. Спортивно-медицинская классификация инвалидов

Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов с врожденными и ампутационными дефектами конечностей. Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов с последствиями травм позвоночника и спинного мозга, с нарушением мозговой деятельности. Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов, отнесенных к категории «прочие». Мануально-мышечное тестирование

(ММТ).оценка амплитуды движений в суставах. Понятие о здоровье. Факторы, влияющие на здоровье человека. Виды, уровни здоровья. Показатели здоровья индивидуума и населения. Критерии оценки здоровья. Группы здоровья. Образ жизни и здоровье. Компоненты здорового образа жизни.

Тема 4. Методы врачебного контроля инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья

Современные функциональные методы исследования (характеристика, возможности). Роль и значение функциональных методов исследования в практике врачебного контроля. Методы исследования сердечно-сосудистой, дыхательной, вегетативной нервной системы, опорно-двигательного аппарата. Особенности их функционального состояния при поражении опорно-двигательного аппарата, позвоночника, спинного мозга, при ДЦП. Врачебно-педагогические наблюдения.

Тема 5. Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста, характера дефекта и патологии, занимающиеся физической культурой и спортом

Возрастные изменения артериального давления, допустимые значения ЧСС, двигательные режимы для инвалидов с разным уровнем двигательных возможностей. Особенности врачебного контроля при патологии слуха и зрения. Особенности врачебного контроля за детьми и подростками. Особенности врачебного контроля за женщинами-спортсменками. Нагрузочные и простейшие функциональные пробы, критерии оценки, типы реакции на нагрузки, их интерпретация применительно к возрасту, полу, дефекту и задачам тренировки. Функциональные исследования на велоэргометре и на тредмиле. Показатели физической работоспособности, их изменения при различной патологии сердечно-сосудистой, дыхательной систем, опорно-двигательного аппарата.

Тема 6. Влияние систематических занятий физической культурой и спортом на висцеральные системы в зависимости от интенсивности нагрузки

Понятие о дистрофии, атрофии, гипертрофии. Причины, вызывающие их, механизм развития. Понятие о регенерации тканей. Сроки регенерации мышечной, костной, нервной ткани. Условия дистрофии миокарда. Основные функции крови и выделительной системы в организме человека. Понятие о нормальном клеточном содержании крови. Изменение состава крови при интенсивных физических нагрузках. Изменения показателей мочи при физических нагрузках. Понятие о спортивной почке. Наиболее часто встречающиеся заболевания почек у спортсменов. Заболевания органов пищеварения. Понятие о печеночно-болевым синдроме.

Тема 7. Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности

Средства восстановления физической работоспособности. Классификация средств восстановления. Педагогические, психологические, медицинские и физические средства восстановления спортивной работоспособности. Правила применения средств восстановления. ЗОЖ и рациональный распорядок дня, рациональное питание, фитотерапия, антиоксидантная терапия. Физиотерапевтические процедуры. Водные процедуры: души, кислородные ванны, подводный душ-массаж. Применение спортсменами парной бани, сауны. Адаптогены и витаминные препараты. Белковые препараты и спортивные напитки. Особенности питания при занятиях АФК. Применение тейпов, мазей, гелей и кремов. Массаж: виды массажа, физиологическое действие на организм.

Тема 8. Травматизм и заболевания

Причина и профилактика травм как медико-социальная проблема. Вилы

травматизма. Меры профилактики травматизма. Заболевания, приводящие к ампутации конечностей (сахарный диабет, облитерирующие заболевания сосудов и др.), врожденные дефекты и заболевания ОДА, приводящие к инвалидности.

Тема 9. Острые патологические состояния спортсменов-инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья, занимающихся ФКиС

Понятие о кровотечении. Виды кровотечений, диагностика, способы остановки. Понятие о шинировании переломов костей. Патогенез обморока, отморожений, теплового и солнечного удара, утопления, гипогликемического состояния. Причины, клиническая картина, первая помощь, профилактика.

Тема 10. Допинг-контроль в системе медицинского обеспечения Международных спортивных соревнований

История развития допинга и организация допинг-контроля. Регламентация допинг-контроля Медицинским уставом ООН. Процедура аккредитации лабораторий для осуществления допинг-контроля, анализа проб на выявление запрещенных веществ, препаратов. Процедура отбора проб для допинг-контроля. Процедура лабораторного анализа. Запрещенные классы веществ и запрещенные методы. Штрафные санкции к спортсменам за применение запрещенных препаратов и методов.

4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

При изучении дисциплины обратить особое внимание на фонд оценочных средств, который можно использовать для самостоятельной работы при подготовке к практическим занятиям, а также при подготовке к зачету. Фонд оценочных средств направлен на обеспечение методической помощи студентам факультета физической культуры и спорта в овладении дисциплины «Врачебный контроль в АФК», возможности для самостоятельного и углубленного изучения отдельных разделов курса.

В процессе изучения дисциплины, необходимо систематически обращаться к списку основной и дополнительной литературы.

Освоение курса обеспечивается обязательным выполнением практических заданий, которые представлены в практикуме дисциплины и соответствуют изученным темам. Каждое задание оценивается по пятибалльной шкале. Тема считается освоенной, если отметка за представленную работу оценена преподавателем не ниже чем на «удовлетворительно».

В каждом разделе даны:

1) учебно-методические материалы лекционного курса включают подробный план лекций по изучаемой теме, вопросы и задания для самоконтроля, список рекомендуемой литературы;

2) учебно-методические материалы по подготовке практических занятий содержат планы проведения занятий, задания для самостоятельной работы, вопросы для самопроверки. Выполнение упражнений дает возможность глубже усвоить теоретический материал, применить полученные знания на практике, выработать необходимые умения и навыки, применить полученные знания на практике.

Итоговое тестирование представляет собой аттестационные педагогические измерительные материалы сквозного характера. Предлагаемые задания охватывают весь объем дисциплины. К каждому варианту теста прилагается спецификация, в которой указаны:

1. Инструкция.
2. Назначение.
2. Время выполнения.
3. Количество заданий.

4. Тип заданий.

5. Оформление ответов: ответы указываются на специальном бланке.

В структуре теста указываются номера заданий и диагностируемые дидактические единицы. В каждом варианте теста приводятся критерии оценки. К каждому варианту прилагаются правильные варианты ответов, обращаться к которым следует только после самостоятельного выполнения заданий. Тема считается освоенной, если Вы дали не менее 60% правильных ответов.

Прежде чем приступить к выполнению заданий для самоконтроля, необходимо изучить рекомендуемую по каждой теме литературу. Кроме того, в лекционном курсе по каждой теме указана основная и дополнительная литература.

В процессе освоения дисциплины необходимо постоянно обращаться к глоссарию, терминологическому словарю, где раскрываются все встречающиеся в курсе термины. Кроме того, вам помогут медицинские словари.

Рекомендации по изучению отдельных тем курса:

При изучении темы №1 особое внимание следует обратить на основные задачи врачебного контроля, формы его работы, организацию медицинского обеспечения ФКиС в России. Следует понять разницу между формами врачебного контроля и методикой врачебного обследования. При изучении темы №4 особое внимание следует обратить на роль и значение функциональных методов исследования в практике врачебного контроля, освоить методы исследования основных функциональных систем у инвалидов. При изучении темы №5 обратить внимание на методы врачебного контроля, применяемые в оздоровительно- массовой ФК, особенности врачебного контроля в зависимости от пола, возраста, дефекта и патологии. При изучении темы № 6 важно знать изменения висцеральных систем в зависимости от интенсивности нагрузки. При изучении темы №7 важно обратить внимание на применение фитотерапии, витаминотерапии, массажа для повышения физической работоспособности, ознакомиться с классификацией средств восстановления, правилами их применения.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов по дисциплине «Врачебный контроль в адаптивной физической культуре»

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Формы / виды самостоятельной работы	Кол-во часов в соответствии с планом
1	Введение. Основы организации врачебного контроля в России	Подготовка к практическому заданию Анализ литературы	6
2	Врачебный контроль в реабилитации инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья	Подготовка к практическому занятию. Анализ литературы	6
3	Спортивно-медицинская классификация инвалидов	Подготовка докладов, сообщений. Изучение основной и дополнительной литературы	6
4	Методы врачебного контроля инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья	Подготовка рефератов, докладов, сообщений. Составление опорных конспектов. Изучение литературы по теме	6
5	Особенности врачебного	Изучение основной и	10

	контроля за лицами разного пола, возраста, характера дефекта и патологии, занимающиеся физической культурой и спортом	дополнительной литературы. Подготовка к коллоквиуму	
6	Влияние систематических занятий физической культуры и спорта на висцеральные системы в зависимости от интенсивности нагрузки	Подготовка к занятию. Изучение литературы по теме.	10
7	Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности	Подготовка к занятию. Изучение дополнительной литературы. Подготовка рефератов	10
8	Травматизм и заболевания	Подготовка к занятию. Изучение литературы по теме.	6
9	Допинг-контроль в системе медицинского обеспечения Международных спортивных соревнований	Составить план использования средств восстановления в недельном цикле с учетом своей специализации. Подготовка рефератов	10
10	Острые патологические состояния у спортсменов-инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, занимающихся ФКиС	Работа с литературой. Составление опорных конспектов. Подготовка рефератов. Подготовка к зачету	10
	ИТОГО		80

5 ПРАКТИКУМ ДИСЦИПЛИНЫ

Тема 1 Введение. Основы организации врачебного контроля в России

Содержание

1. Этапы развития врачебного контроля в России и роль отечественных ученых в его развитии в хронологическом порядке.

2. Основные формы и методы работы, применяемые во врачебном контроле.

3. Роль и функции ВФД и кабинета врачебного кабинета.

4. Задачи и содержание медицинского обследования.

5. Диспансеризация спортсменов.

6. Организация врачебного контроля в России.

Написание рефератов (в качестве домашнего задания по заданию преподавателя) с разбором на следующем занятии.

Литература:

1. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. в 2-х ч. – М.: Советский спорт, 2005

2. Дубровский В.И Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов. – М.: Гуман. издат. центр ВЛАДОС, 2005. – 528 с.

3. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В.. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Учебное пособие. – М.: Сов.спорт, 2004. – 179 с.

Тема 2 Врачебный контроль в реабилитации инвалидов и лиц с отклонением в

состоянии здоровья

Содержание

1. Методы врачебного контроля.
2. Методы исследования сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательной, вегетативной нервной систем.
3. Особенности их функционального состояния при поражении опорно-двигательного аппарата, при поражении позвоночника и спинного мозга, при детских церебральных параличах.

Литература:

1. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. в 2-х ч. – М.: Советский спорт, 2005
2. Дубровский В.И Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов. – М.: Гуман. издат. центр ВЛАДОС, 2005. – 528 с.
3. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В.. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Учебное пособие. – М.: Сов.спорт, 2004. – 179 с.

Тема 3 Спортивно-медицинская классификация инвалидов

Содержание

1. Физическое развитие, факторы, влияющие на него.
2. Характеристика типов телосложения по М.В. Черноруцкому и принципы его определения. Нарушения состояния опорно-двигательной системы
3. Методы исследования физического развития: осмотр, пальпация, перкуссия, измерение длины тела, длины конечности, её сегментов, определение объёма движения в суставах, силы мышц. Аппаратные исследования: рентгенологические, биомеханические, электрофизиологические и т.д.
4. Особенности физического развития детей различного возраста.
5. Оценка физического развития методом антропометрических стандартов, индексов, корреляции.
6. Выполнение практических работ:
 - №1. Провести исследование физического развития методами соматоскопия и соматометрия.
 - №2. Дать характеристику типов телосложения по М.В. Черноруцкому и определить свой тип телосложения по предложенной схеме.
 - №3. Провести исследование стоп методом соматоскопии, по плантограмме оценить форму своей стопы.
 - №4. Оценить физическое развитие методом: антропометрических стандартов, индексов, корреляции, перцентилей.
 - №5. По полученным показателям начертить антропометрический профиль.

Литература:

1. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. в 2-х ч. – М.: Советский спорт, 2005
2. Дубровский В.И Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов. – М.: Гуман. издат. центр ВЛАДОС, 2005. – 528 с.
3. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В.. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Учебное пособие. – М.: Сов.спорт, 2004. – 179 с.

Тема 4 Методы врачебного контроля инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья

Содержание

1. Места тестирования: лабораторное помещение, спортивный зал, стадион, непересечённая местность, где можно проложить дистанцию в 800 м.
2. Методы тестирования: дозированная ходьба, велоэргометрия, тредмил. Методологические особенности тестирования при патологии различной этиологии.

3. Выбор мощности нагрузок, их продолжительности.
4. Функциональные исследования при велоэргометрии и на тредмиле.
5. Показатели физической работоспособности, их изменения при различной патологии опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем
6. Врачебно-педагогические наблюдения

Литература:

1. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. в 2-х ч. – М.: Советский спорт, 2005
2. Дубровский В.И Спортивная медицина: учебник для студентов вузов. – М.: Гуман. издат. центр ВЛАДОС, 2005. – 528 с.
3. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В.. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Учебное пособие. – М.: Сов. спорт, 2004. – 179 с.

Тема 5 Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста, характера дефекта и патологии, занимающиеся физической культурой и спортом

Содержание

1. Врачебные обследования, формы и методы их проведения.
 2. Методы исследование функционального состояния ССС.
 3. Структурные особенности спортивного сердца.
 4. Проба Летунова, методика ее проведения и оценки. Проба Руффье, проба PWC 170, их характеристика и методика проведения.
 5. Типы реакции ССС на стандартную нагрузку, их характеристика.
- Выполнение практических работ:
- №1. Методом пальпации определить пульс на лучевой(сонной) артерии и дать оценку показателей частоты, ритма, характеристику наполнения и напряжения пульса.
 - №2. Провести пробу Руффье и оценить степень физической подготовленности студента.
 - №3. Измерение АД в покое мембранным тонометром.
 - №4. Провести пробу Летунова и оценить работоспособность спортсмена по показателям ЧСС и АД, определить преимущества комбинированной пробы над простыми одномоментными пробами.
 - №5. Определить и оценить тип реакции испытуемого на нагрузку.

Литература:

1. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. в 2-х ч. – М.: Советский спорт, 2005
2. Дубровский В.И Спортивная медицина: учебник для студентов вузов. – М.: Гуман. издат. центр ВЛАДОС, 2005. – 528 с.
3. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В.. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: учебное пособие. – М.: Сов.спорт, 2004. – 179 с.

Тема 6 Влияние систематических занятий физической культуры и спорта на висцеральные системы в зависимости от интенсивности нагрузки

Содержание

1. Методы исследования функции внешнего дыхания.
 2. Методика проведения и оценка функциональных проб системы внешнего дыхания.
 3. Исследование вентиляции путем проведения проб Штанге, Генчи-Сообразе, Серкина, Розенталя, Тиффно-Вотчала, динамической спирометрии, определение должной и фактической ЖЕЛ, МВЛ.
- Выполнение практических работ:
- № 1. Определить частоту дыханий за 1 мин. в покое и после 20 приседаний.
 - №2. Провести функциональные пробы Штанге, Генчи, Розенталя, Серкина и дать оценку функциональному состоянию дыхательной системы испытуемого.

№3. Провести определение ЖЕЛ в покое и после физической нагрузки.

№4. Рассчитать основной объем по таблицам Гарриса-Бенедикта.

Литература:

1. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. в 2-х ч. – М.: Советский спорт, 2005
2. Дубровский В.И Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов. – М.: Гуман. издат. центр ВЛАДОС, 2005. – 528 с.
3. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В.. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Учебное пособие. – М.: Сов. спорт, 2004. – 179 с.

Тема 7 Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности

Содержание

1. Классификация средств восстановления.
2. Общие правила использования средств восстановления в спорте.
3. Средства общего и локального действия, их применение.
4. Медицинские средства восстановления: спец. питание, гидропроцедуры, электропроцедуры, массаж.
5. Фармакологические средства, классификация.
6. Адаптогены и препараты, влияющие на энергетические процессы.
7. Музыка и цветомузыка как средство восстановления.

Задание

№1. Составить план использования средств восстановления в недельном цикле с учетом своей специализации.

Литература:

1. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. в 2-х ч. – М.: Советский спорт, 2005
2. Дубровский В.И Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов. – М.: Гуман. издат. центр ВЛАДОС, 2005. – 528 с.
3. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В.. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Учебное пособие. – М.: Сов.спорт, 2004. – 179 с.

Тема 8 Травматизм и заболевания

Содержание

1. Цель, задачи и содержание МПК.
2. Содержание понятия «врачебно-педагогические наблюдения» (ВПН).
3. Формы организации МПН за занимающимися ФКиС.
4. Медицинское обеспечение соревнований различного уровня.
5. Цель, задачи работы врача и педагога при проведении ВПН.
6. Методы ВПН, функциональные пробы (в том числе специальные).
7. Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
8. Организация медицинского контроля во время спортивных соревнований и массовых физкультурных мероприятий. Оформление допуска к соревнованиям.
9. Особенности медицинского контроля за лицами разного пола и возраста.
10. Контроль антропометрических показателей, функционального состояния организма по основным физиологическим показателям. Самоконтроль в массовой ФК.
11. Субъективные и объективные показатели, характеризующие переносимость физической нагрузки на занятиях оздоровительной ФК.
12. Внешние признаки утомления, перетренированности и перенапряжения организма в процессе интенсивных тренировок и соревнований, функциональные изменения при утомлении. Причины развития, средства профилактики.

Выполнение практических работ:

№1. Провести ВПН в процессе учебного занятия в спортивном зале, используя оперативную форму ВПН.

№2. Составить дневник самоконтроля спортсмена по предложенной схеме. Работа выполняется в ходе тренировочного занятия. Фиксируются условия тренировки, воздействие нагрузки на организм и ее распределение в занятии. До и после занятия определяются ЧСС, АД, ЧД и вычерчивается «физиологическая кривая». Проводится хронометраж занятия и определяется реакция на нагрузку с помощью пробы с «дополнительной нагрузкой». Переносимость и тип нагрузки определить с помощью тренд-анализа.

№3. Составить протокол ВПН, начертить «физиологические кривые» и оценить их, дать рекомендации по функциональному состоянию и дальнейшему построению занятий.

Литература:

1. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. в 2-х ч. – М.: Советский спорт, 2005
2. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов. – М.: Гуман. издат. центр ВЛАДОС, 2005. – 528 с.
3. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В.. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Учебное пособие. – М.: Сов.спорт, 2004. – 179 с.

Тема: 9 Допинги и допинг-контроль в системе медицинского обеспечения. Международных спортивных соревнований

Содержание

Реферативная конференция. Темы рефератов:

1. Содержание понятий «допинг», «допинг-контроль».
2. История возникновения допинга и причины быстрого распространения запрещенных препаратов в спорте.
3. Классификация допингов, их характеристика и влияние на организм.
4. Методика проведения допинг-контроля.
5. Спортсмены, подлежащие контролю на допинг.
6. Санкции спортсмену с положительной пробой на допинг.
7. Контроль на половую принадлежность.

Литература:

1. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. в 2-х ч. – М.: Советский спорт, 2005
2. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов. – М.: Гуман. издат. центр ВЛАДОС, 2005. – 528 с.
3. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В.. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Учебное пособие. – М.: Сов.спорт, 2004. – 179 с.

Тема 10 Острые патологические состояния у спортсменов-инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, занимающихся ФКиС

Содержание

Выполнение практических работ:

1. Клинические методы исследования функции нервной и нервно-мышечной систем.
2. Методика проведения и оценка функциональных проб.
3. Клинические методы исследования состояния основных черепно-мозговых нервов, координационной функции нервной системы, функции внешних анализаторов, функции вегетативной нервной системы.

Выполнение практических работ:

Провести функциональные пробы до нагрузки и после нее и дать им оценку:

- №1. пробы на остроту слуха и зрения;

№2. пробы на вестибулярный аппарат;
 №3. координационные пробы;
 №4. провести исследование двигательного анализатора;
 №5. пробы на вегетативную нервную систему: дермографизм, ортоклиностатическую.

№6. Все показатели занести в протокол и дать оценку функциональному состоянию нервной системы.

Литература:

1. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. в 2-х ч. – М.: Советский спорт, 2005
2. Дубровский В.И Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов. – М.: Гуман. издат. центр ВЛАДОС, 2005. – 528 с.
3. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В.. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: учебное пособие. – М.: Сов.спорт, 2004. – 179 с.

6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА

6.1 Оценочные средства, показатели и критерии оценивания компетенций

Индекс компетенции	Оценочное средство	Показатель и оценивания	Критерии оценивания сформированности компетенций
УК-7, ОПК-9	Устный опрос	Низкий – до 60 баллов (неудовлетворительно)	Студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно излагает материал.
		Пороговый – 61-75 баллов (удовлетворительно)	Студент обнаруживает знание и понимание основных положений вопроса, но: излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.
		Базовый – 76-84 баллов (хорошо)	Студент хорошо знает и понимает основные положения вопроса, но в ответе допускает малозначительные ошибки и недостаточно полно раскрывает содержание вопроса; допускает 1-2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.
		Высокий – 85-100 баллов (отлично)	Студент полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

	Реферат	Низкий – до 60 баллов (неудовлетворительно)	Студент не раскрыл основное содержание учебного материала; обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких замечаний преподавателя; нарушена логика в изложении материала, нет необходимых обобщений и выводов; недостаточно сформированы навыки письменной речи; реферат является плагиатом других рефератов более чем на 90%.
		Пороговый – 61-75 баллов (удовлетворительно)	Студент неполно или непоследовательно раскрыл содержание материала, но показал общее понимание вопроса и продемонстрировал умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала; имеются затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после замечаний преподавателя; при неполном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность умений и навыков; неумение применить теорию в новой ситуации.
		Базовый – 76-84 баллов (хорошо)	Ответ студента соответствует в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет недостатки: в изложении материала допущены небольшие пробелы, не искажившие содержание реферата; допущены один – два недочета при освещении основного содержания темы, исправленные по замечанию преподавателя; допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию преподавателя. В реферате недостаточно полно развернута аргументация.
		Высокий – 85-100 баллов (отлично)	Студент самостоятельно написал реферат по теме; показал умение излагать материал последовательно и грамотно, делать необходимые обобщения и выводы.
УК-7, ОПК-9	Контрольная работа	Низкий – до 60 баллов (неудовлетворительно)	Студент выполнил менее половины работы или допустил в ней более трёх грубых ошибок.
		Пороговый – 61-75 баллов (удовлетворительно)	Студент правильно выполнил не менее половины работы или допустил в ней: не более двух грубых ошибок; или не более одной грубой и одной негрубой ошибки и одного недочёта; или не более двух-трёх грубых ошибок.

		Базовый – 76-84 баллов (хорошо)	Студент выполнил работу полностью, но допустил в ней: не более одной грубой ошибки и одного недочёта или не более двух недочётов.
		Высокий – 85-100 баллов (отлично)	Студент выполнил работу без ошибок и недочётов; допустил не более одного недочёта.
УК-7, ОПК-9	Опорный конспект	Низкий – до 60 баллов (неудовлетворительно)	
		Пороговый – 61-75 баллов (удовлетворительно)	
		Базовый – 76-84 баллов (хорошо)	
		Высокий – 85-100 баллов (отлично)	
УК-7, ОПК-9	Тест	Низкий – до 60 баллов (неудовлетворительно)	Первый уровень. Достигнутый уровень оценки результатов обучения показывает, что студент усвоил некоторые элементарные знания по основным вопросам дисциплины, но не овладел необходимой системой знаний.
		Пороговый – 61-75 баллов (удовлетворительно)	Второй уровень. Достигнутый уровень оценки результатов обучения показывает, что студент обладает необходимой системой знаний и владеет некоторыми умениями по дисциплине, способен понимать и интерпретировать освоенную информацию, что позволит ему в дальнейшем развить такие качества умственной деятельности, как глубина, гибкость, критичность, доказательность, эвристичность.
		Базовый – 76-84 баллов (хорошо)	Третий уровень. Достигнутый уровень оценки результатов обучения показывает, что студент продемонстрировал глубокие прочные знания и развитые практические умения и навыки, может сравнивать, оценивать и выбирать методы решения заданий, работать целенаправленно, используя связанные между собой формы представления информации.
		Высокий – 85-100 баллов (отлично)	Четвертый уровень. Достигнутый уровень оценки результатов обучения свидетельствует о том, что студент способен обобщать и оценивать информацию, полученную на основе исследования нестандартной ситуации; использовать сведения из различных источников, успешно соотнося их с предложенной ситуацией.
	Экзамен	Низкий – до	ставится, если: 1) не раскрыто основное содержание учебного

60 баллов (неудовлетворительно)	<p>материала</p> <p>2)обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала</p> <p>3)допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов;</p> <p>4)не сформированы компетенции,</p>
Пороговый – 61-75 баллов (удовлетворительно)	<p>ставится, если:</p> <p>1)неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала;</p> <p>2)имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов;</p> <p>3) при неполном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность компетенций, умений и навыков, студент не может применить теорию в новой ситуации</p>
Базовый – 76-84 баллов (хорошо)	<p>ставится, если ответ студента удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет один из недостатков:</p> <p>1)в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа;</p> <p>2)допущены один - два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию экзаменатора;</p> <p>3)допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию экзаменатора</p>
Высокий – 85-100 баллов (отлично)	<p>1)полностью раскрыто содержание материала билета;</p> <p>2)материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности, точно используется терминология;</p> <p>3)показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации;</p> <p>4)продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость компетенций, умений и навыков;</p> <p>5)ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов;</p> <p>6)допущены одна - две неточности при освещении второстепенных вопросов, которые исправляются по замечанию</p>

6.2 Промежуточная аттестация студентов по дисциплине

Промежуточная аттестация является проверкой всех знаний, навыков и умений студентов, приобретённых в процессе изучения дисциплины. Формой промежуточной аттестации по дисциплине является экзамен.

Для оценивания результатов освоения дисциплины применяется следующие критерии оценивания.

Критерии оценивания устного ответа на экзамене

Оценка 5 «отлично» ставится, если:

- полностью раскрыто содержание материала билета;
- материал изложен грамотно, в определенной логической, в определенной логической последовательности, точно используется терминология;
- показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации;

Оценка 4 «хорошо» ставится, если:

- в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа;
- допущены один или два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию экзаменатора;
- допущена ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию экзаменатора;

Оценка 3 «удовлетворительно» ставится, если:

- в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа;
- имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов;
- при неполном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность компетенций, умений и навыков, студент не может применить теорию в новой ситуации;

Оценка 2 «неудовлетворительно» ставится, если:

- не раскрыто основное содержание учебного материала ;
- обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала;
- допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов;

6.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов освоения дисциплины

Вопросы для устного опроса

1. Классификация средств восстановления.
2. Общие правила использования средств восстановления в спорте.
3. Средства общего и локального действия, их применение.
4. Медицинские средства восстановления: спец. питание, гидропроцедуры, электропроцедуры, массаж.
5. Фармакологические средства, классификация.
6. Адаптогены и препараты, влияющие на энергетические процессы.
7. Музыка и цветомузыка как средство восстановления.

Темы для рефератов

1. Врачебный контроль как самостоятельная учебная дисциплина, как составная часть системы АФК.
2. Значение врачебного контроля в процессе реабилитации инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья. Взаимосвязь АФК и врачебного контроля.
3. Основные задачи и содержание врачебного контроля за инвалидами и лицами с

- отклонением в состоянии здоровья, занимающимися физической культурой и спортом.
4. Роль и значение функциональных методов исследования во врачебном контроле.
 5. Методы тестирования физической работоспособности во врачебном контроле.
 6. Велозргометрия - как метод тестирования физической работоспособности.
 7. Физическая работоспособность человека и факторы, на нее влияющие.
 8. Простейшие функциональные пробы и тесты кардио-респираторной системы.

Методика их проведения и оценка.

9. Типы реакции сердечно-сосудистой системы на стандартную нагрузку.
10. Методы оценки физического развития человека.
11. История развития и организация допинг-контроля на Олимпийских играх.
12. Влияние допинга на здоровье спортсмена и его спортивную карьеру.
13. Медицинский контроль во время тренировок, соревнований, массовых физкультурных мероприятий для лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
14. Спортивный травматизм – современная медико-социальная проблема.
15. Взаимосвязь физической культуры и врачебного контроля.
16. Специальное питание спортсменов. Особенности питания в тренировочных и соревновательных периодах.

Задания для контрольных работ

1. Цели и задачи врачебного контроля в АФК.
2. Врачебный контроль в двигательной реабилитации инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья.
3. Показания к физическим нагрузкам у лиц с патологией зрения.
4. Показания к физическим нагрузкам у лиц с патологией слуха.
5. Показания к физическим нагрузкам у лиц с патологией опорно-двигательного аппарата.
6. Показания к физическим нагрузкам у лиц с патологией умственного развития.
7. Методы оценки физического развития.
8. Методом соматоскопии дать общую характеристику осанки партнера.
9. Провести исследование стопы методом соматоскопии, по плантограмме оценить форму своей стопы.
10. Методом пальпации определить пульс на лучевой(сонной) артерии и дать оценку показателей частоты, ритма, характеристику наполнения и напряжения пульса.
11. Методы тестирования физической работоспособности инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья.
12. Провести пробу Руфье и оценить степень физической подготовленности студента.
13. Определить и оценить тип реакции (по Летуну) испытуемого на физическую нагрузку.
14. Медицинские средства повышения работоспособности.
15. Составить план использования средств восстановления в недельном цикле занятия АФК с учетом своей патологии.
16. Описать режим питания в недельном режиме занятий.
17. Провести МПН на тренировочном занятии и провести тренд-анализ.
18. Составить дневник самоконтроля спортсмена по предложенной схеме.
19. Запрещенные классы веществ, отнесенные к классу допингов.
20. Запрещенные методы повышения работоспособности.
21. Штрафные санкции к спортсменам за применение запрещенных веществ и методов.
22. Содержание медицинского контроля во время тренировок, соревнований и физкультурно-массовых мероприятий.

Вопросы для опорного конспекта

1. Законспектировать правила оказания неотложной помощи.
2. Приемы оказания неотложной помощи при наиболее частых травмах и острых патологических состояниях при занятиях АФК.

Контрольный тест

Инструкция для студента.

Тест содержит 25 заданий, из них 15 заданий – часть А, 5 заданий – часть В, 5 заданий – часть С. На его выполнение отводится 90 минут. Если задание не удается выполнить сразу, перейдите к следующему. Если останется время, вернитесь к пропущенным заданиям. Верно выполненные задания части А оцениваются в 1 балл, части В – 2 балла, части С – 5 баллов.

ЧАСТЬ А

- A1. Укажите, о чем позволяет судить метод ЭКГ:
- а) о нарушениях питания сердца;
 - б) о нарушениях ритма и проводимости;
 - в) о размерах клапанного аппарата;
 - г) о размерах полостей сердца.
- A2. Для оценки функционального состояния, какой системы используется функциональная проба с изменением положения тела?
- а) центральной нервной системы;
 - б) нервно-мышечной системы;
 - в) системы внешнего дыхания;
 - г) сердечно-сосудистой системы.
- A3. При оценке срочных постнагрузочных изменений укажите, как снижаются показатели ЖЕЛ после высокой нагрузки.
- а) 100-300 мл.
 - б) 300-500 мл.
 - в) 450-700 мл.
 - г) более 700 мл.
- A4. По какой формуле рассчитывают максимальный резерв пульса?
- а) $220 - \text{возраст}$;
 - б) $220 - 0,5 \text{ возраста}$;
 - в) $170 - \text{возраст}$;
 - г) $(220 - \text{возраст}) - \text{ЧСС покоя}$.
- A5. Какие различия мочевины в крови до и после проведенных занятий свидетельствуют о высокой тренировочной нагрузке для спортсменов-инвалидов?
- а) менее 1 ммоль/л.
 - б) 1,5-2 ммоль/л.
 - в) 2,5-3 ммоль/л.
 - г) более 3 ммоль/л.
- A6. По каким показателям оценивают результаты пробы Руффье?
- а) ЧСС
 - б) АД
 - в) ЧД
 - г) ЖЕЛ
- A7. Укажите, при каких состояниях спортсмена развивается ортостатический коллапс:
- а) при настуживании;
 - б) при длительном неподвижном пребывании в исходном положении «стоя»;
 - в) при снижении глюкозы в крови;
 - г) при выполнении нагрузки умеренной мощности.
- A8. Что называется гипертрофией? Это:
- а) участок ткани, подвергшийся некрозу;
 - б) уменьшение кровоснабжения участка ткани;
 - в) увеличение объема ткани, клеток, органов при сохранении их конфигурации;
 - г) процесс объемного уменьшения органа.
- A9. Укажите, что относится к физическим средствам восстановления:
- а) адаптогены;
 - б) мышечная релаксация;
 - в) гидропроцедуры;
 - г) спецпитание.
- A10. Лица в возрасте от 40 до 59 лет, занимающиеся в оздоровительно-физкультурных группах, должны проходить углубленное врачебное обследование не реже, чем 1 раз
- а) в 1 месяц;
 - б) в 3 месяца;
 - в) в 6 месяцев;
 - г) в 12 месяцев.

A11. После больших соревновательных нагрузок восстановительный период у детей в отличие от взрослых (укажите)

- а) носит волнообразный характер;
- б) не имеет особенностей;
- в) значительно замедляется;
- г) ускоряется.

A12. В каком году Российская Федерация стала членом ФИМС (Международной федерации спортивной медицины)?

- а) 1928
- б) 1932
- в) 1952
- г) 1970

A13. При проведении медико-педагогических наблюдений, что является основной задачей врача?

- а) определить уровень тренированности;
- б) оценить изменения функционального состояния отдельных систем организма;
- в) оценить соответствие состояния психики занимающихся избранному виду спорта.

A14. Укажите, какие средства относят к группе запрещенных.

- а) адаптогены;
- б) анаболические стероиды;
- в) коферменты;
- г) антиоксиданты.

A15. Что нужно предпринять для оказания первой помощи при гипогликемическом состоянии у спортсмена?

- а) уложить пострадавшего на спину и дать понюхать нашатырный спирт;
- б) дать выпить горячего сладкого чая;
- в) сделать непрямой массаж сердца и искусственную вентиляцию легких;
- г) приподнять ноги и обеспечить полный покой.

ЧАСТЬ В

V1. Установите соответствие между формами врачебно-педагогических наблюдений и проводимыми исследованиями:

- 1. Оперативные
- 2. Текущие
- 3. Этапные

А - исследования, проводимые до тренировочного занятия и через 20-30 мин после него

В - исследования, проводимые ежедневно утром и вечером в течение нескольких С - исследования, проводимые непосредственно на тренировочном занятии, после отдельных упражнений или после различных частей урока

Д - исследования, проводимые в начале и в конце одного или двух микроциклов (утром или перед тренировкой)

Е - исследования, проводимые после дня отдыха.

V2. Анаболические стероиды, стимуляторы ЦНС, наркотические обезболивающие средства относятся к

V3. Из перечисленных вариантов, укажите причины возникновения травм в спорте, (количество верных ответов может быть несколько).

- а) использование подводящих упражнений;
- б) отсутствие индивидуального подхода;
- в) недостаточно эффективная разминка;
- г) неудовлетворительное состояние мест занятий;

V4. Уменьшение кровенаполнения органа или ткани вследствие затруднения притока артериальной крови называется

V5. Организаторы соревнований обязаны оповестить врачебно - физкультурную службу о предстоящих соревнованиях не менее, чем за ... дней.

ЧАСТЬ С

C1. Что входит в содержание врачебного контроля?

C2. Как называется наука, изучающая причины заболеваний и условия, способствующие их возникновению и развитию?

C3. Как определить пиковую ЧСС для начинающих оздоровительную тренировку?

C4. Назовите основные показатели комплексной оценки уровня здоровья.

C5. Назовите виды врачебных обследований.

Вопросы к экзамену

1. История развития и организация комплексного контроля в России.
2. Цели и задачи комплексного контроля в ФКиС
3. Врачебный контроль в двигательной реабилитации инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья.
4. Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам у инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья.
5. Оздоровительное значение массовой физической культуры для инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья,
6. Понятие о здоровье, факторы, влияющие на состояние здоровья.
7. Показатели здоровья индивидуума и общественного здоровья. Группы, виды, уровни, степени здоровья.
8. Образ жизни и здоровье человека. Компоненты здорового образа жизни
9. Спортивно-медицинская классификация спортсменов - инвалидов с врожденными и ампутированными дефектами конечностей.
10. Спортивно-медицинская классификация спортсменов - инвалидов с последствиями травм позвоночника и спинного мозга.
11. Спортивно-медицинская классификация спортсменов -инвалидов с нарушением мозговой деятельности.
12. Спортивно-медицинская классификация спортсменов -инвалидов, отнесенных к категории «прочие».
13. Мануально-мышечное тестирование, его значение в спортивно-медицинской классификации инвалидов, перенесших спинномозговую травму.
14. Понятие о дистрофии, атрофии, гипертрофии. Причины, механизм развития, формы.
15. Понятие о регенерации тканей, ее виды и сроки. Средства, используемые для улучшения процессов регенерации в тканях.
16. Расстройства кровообращения, их характеристика.
17. Травматизм – как медико-социальная проблема. Виды травматизма и его профилактика. Травматизм как причина инвалидизации населения.
18. Спортивные травмы, их причины и профилактика. Специфика травм при занятиях спортом.
20. Сосудистые заболевания, приводящие к ампутации конечности.
21. Методы тестирования физической работоспособности инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья.
22. Велоэргометрия – как метод тестирования физической работоспособности. .
23. Определение физиологических реакций на физическую нагрузку с использованием пробы РВС 170, пробы Рюффье, пробы Летунова.
24. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы у инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата. Показания методы выполнения.
25. Типы реакций ССС на стандартную физическую нагрузку.
26. Морфофункциональные изменения у инвалидов, перенесших ампутацию конечности.
27. Морфофункциональные изменения у инвалидов, перенесших травму позвоночника и спинного мозга.
28. Морфофункциональные изменения у инвалидов с патологией внешнего дыхания.
29. Морфофункциональные изменения у инвалидов с патологией артериального давления и перенесших инфаркт-миокарда.
30. Цели, задачи и содержание медицинского контроля во время тренировок, соревнований и массовых физкультурных мероприятий инвалидов и лиц с отклонением в состоянии здоровья.
31. Фармакологические средства восстановления, классификация, характеристика и

правила их использования.

32. Физические средства восстановления спортивной работоспособности, их классификация и характеристика.

33. Витамины и минеральные вещества. Их характеристика и роль для сохранения здоровья.

34. Допинги, классификация, влияние на организм.

35. Анаболические средства, их влияние на организм спортсмена.

36. Антидопинговый контроль во время Международных спортивных соревнований.

40. Причины и меры профилактики перенапряжения и перетренированности.

41. Понятие о реанимации. Реанимационные мероприятия.

44. Способы временной остановки кровотечений и обработки ран.

45. Неотложные патологические состояния у спортсменов, причины их развития, клинические признаки, первая помощь, профилактика.

7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ

Информационные технологии – обучение в электронной образовательной среде с целью расширения доступа к образовательным ресурсам (теоретически к неограниченному объему и скорости доступа), увеличения контактного взаимодействия с преподавателем, построения индивидуальных траекторий подготовки и объективного контроля и мониторинга знаний студентов.

- Официальный сайт БГПУ;
- Корпоративная сеть и корпоративная электронная почта БГПУ;
- Система электронного обучения ФГБОУ ВО «БГПУ»;
- Система тестирования на основе единого портала «Интернет-тестирования в сфере образования www.i-exam.ru»;
- Система «Антиплагиат.ВУЗ»;
- Электронные библиотечные системы;
- Мультимедийное сопровождение лекций и практических занятий;
- Тренажеры, виртуальные среды;
- Обучающие программы (перечислить при наличии).

8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья применяются адаптивные образовательные технологии в соответствии с условиями, изложенными в разделе «Особенности реализации образовательной программы для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» основной образовательной программы (использование специальных учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь и т.п.) с учётом индивидуальных особенностей обучающихся.

9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ

9.1 Литература

1. Волков В.М. Восстановительные процессы в спорте. – М.: ФиС, 1977. – 144 с. (17 экз.)
2. Готовцев, В. И. Дубровский. - М.: Физкультура и спорт, 1984. - 31 с. (12 экз.)
3. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина : курс лекций и

- практические занятия. Учебное пособие. в 2-х ч. – М.: Советский спорт, 2005 (30 экз.)
4. Детская спортивная медицина: учеб. пособие / под ред. Т. Г. Авдеевой, И. И. Бахраха. - 4-е изд., испр. и доп. - Ростов н/Д : Феникс, 2007. - 318, [1] с.(11экз.)
 5. Дубровский В.И Спортивная медицина: учебник для студентов вузов. – М.: Гуман. издат. центр ВЛАДОС, 2005. – 528 с.(56 экз.)
 6. Дубровский В.И. Реабилитация в спорте. – М.: ФиС.,1991. – 208с. (12 экз.)
 7. Коданева Л.Н. Педагогический и медицинский контроль физического воспитания учащихся: пособие для преподавателей физ.культуры и мед. работников учеб. заведений / Л.Н. Коданева, Р.Н. Белякова . - Минск : ИВЦ Минфина, 2004. - 153 с. (15 экз.)
 8. Куколевский, Г. М. Основы спортивной медицины / Г. М. Куколевский, Н. Д. Граевская . - М. : Медицина, 1971. - 368 с.(11 экз.)
 9. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В.. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: учебное пособие. – М.: Сов. спорт, 2004. – 179 с. (12 экз.)
 10. Макарова Г.А. Спортивная медицина: учеб. для студ. вузов, обучающихся по направлению «Физкультура и спорт» / Г. А. Макарова. - М.: Советский спорт, 2003. - 478, [2] с. (53 экз.)
 11. Макарова,Г.А. Медицинский справочник тренера / Макарова,Г.А. - М. : Советский спорт, 2005. - 586 с. (11 экз.)
 12. Миллер Л.Л. . Спортивная медицина: учеб. для студ. вузов/под ред. Л.Л. Миллер; Нац. гос.унив-т Физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта. – М.:Человек, 2015.-183 с. (13 экз.)
 13. Поляев, Б. А. Зарубежный и отечественный опыт организации службы спортивной медицины и подготовки спортивных врачей / Б. А. Поляев, Г. А. Макарова, И. А. Белолипецкая. - М.: Советский спорт, 2005. - 151 с. (15 экз.)
 14. Спортивная медицина: Учебник для ин-тов физ. культ./под ред. В.Л. Карпман.– М.: ФиС, 1987. – 304 с.(25 экз.)
 15. Частные методики адаптивной физической культуры : учеб. пособие для студ. вузов / ред. Л. В. Шапкова. - М.: Советский спорт, 2004. - 463 с. (24 экз.) экз.)

9.2 Базы данных и информационно-справочной системы

1. Федеральный портал «Российское образование» - <http://www.edu.ru>.
2. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» - <http://www.window.edu.ru>.
3. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов - <http://fcior.edu.ru>.
4. Федеральный портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» - <http://www.ict.edu.ru>.
5. Российский портал открытого образования - <http://www.openet.ru/University.nsf/>
6. Федеральная университетская компьютерная сеть России - <http://www.runnet.ru/res>.
7. Глобальная сеть дистанционного образования - <http://www.cito.ru/gdenet>.
8. Портал бесплатного дистанционного образования - www.anriintern.com
9. Портал Электронная библиотека: диссертации - <http://diss.rsl.ru/?menu=disscatalog>.

9.3 Электронно-библиотечные ресурсы

10. ЭБС Руконт - - <http://www.rucont.ru>
11. Научная электронная библиотека E-library (список журналов) - <http://elibrary.ru/>
12. ПОЛПРЕД - <http://www.polpred.com/>

10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА

Для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются аудитории, оснащённые учебной мебелью, аудиторной доской, компьютером с установленным лицензионным специализированным программным обеспечением, с выходом в электронно-библиотечную систему и электронную информационно-образовательную среду БПГУ,

мультимедийными проекторами, экспозиционными экранами, учебно-наглядными пособиями (стенды, карты, таблицы, мультимедийные презентации).

Самостоятельная работа студентов организуется в аудиториях оснащенных компьютерной техникой с выходом в электронную информационно-образовательную среду вуза, в специализированных лабораториях по дисциплине, а также в залах доступа в локальную сеть БГПУ.

Лицензионное программное обеспечение: операционные системы семейства Windows, Linux; офисные программы Microsoft office, Libreoffice, OpenOffice; Adobe Photoshop, Matlab, DrWeb antivirus и т.п

Разработчик: доцент кафедры теории и методики физической культуры, безопасности и здоровья Л.И. Карнабеда

11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ

Утверждение изменений в рабочей программе дисциплины для реализации в 2019/2020 уч. г.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2019/2020 учебном году на заседании кафедры (Протокол № 9 от 15.05.2019).

В рабочую программу внесены следующие изменения и дополнения:

№ изменения: 1 № страницы с изменением: титульный лист	
Исключить:	Включить:
Текст: Министерство образования и науки РФ	Текст: Министерство науки и высшего образования РФ

Утверждение изменений в рабочей программе дисциплины для реализации в 2020/2021 уч. г.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2020/2021 учебном году на заседании кафедры (Протокол № 1 от 15.09.2020).

В рабочую программу внесены следующие изменения и дополнения:

№ изменения: 2 № страницы с изменением: титульный лист	
Исключить:	Включить:
Текст: Министерство науки и высшего образования РФ	Текст: Министерство просвещения Российской Федерации

Утверждение изменений и дополнений в РПД для реализации в 2022/2023 уч. г.

РПД пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2022/2023 учебном году на заседании кафедры теории и методики физической культуры, безопасности жизнедеятельности и здоровья (протокол № 8 от 26 мая 2022 г.).

В рабочую программу внесены следующие изменения и дополнения:

№ изменения: 3 № страницы с изменением: 25	
Из пункта 9.3 исключить:	В пункт 9.3 включить:
Polpred.com Обзор СМИ/Справочник (http://polpred.com/news.) ЭБС «Лань» (http://e.lanbook.com)	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (https://elibrary.ru/defaultx.asp?) Образовательная платформа «Юрайт» (https://urait.ru/info/lka)