

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Алтайский государственный педагогический университет»
(ФГБОУ ВО «АлтГПУ»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

Код, направление подготовки
(специальности):

44.03.01

Педагогическое образование

Профиль:

Физическая культура

Форма контроля в семестре

зачет 5

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

заочная

Общая трудоемкость (час / з.ед.):

108 / 3

Программу составила:

Колтыгина Е.В., доцент кафедры медицинских знаний и безопасности жизнедеятельности,
канд. психол. наук

Программа подготовлена на основании учебных планов в составе ОПОП

44.03.01 Педагогическое образование,

утвержденных Ученым советом ФГБОУ ВО «АлтГПУ» от «29» марта 2021 г., протокол
№ 7.

Программа принята:

на заседании кафедры медицинских знаний и безопасности жизнедеятельности

Протокол от «15» февраля 2021 г. № 6

Зав. кафедрой: Пашков А.П., канд. мед. наук, доцент

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель: обучение комплексу знаний, умений и навыков по организации медико-педагогического обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

Задачи:

- Организация и осуществление регулярного врачебного наблюдения за здоровьем всех лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
- Обоснование средств и методов физического воспитания, разработка новых, наиболее совершенных методов врачебных наблюдений за спортсменами, диагностики, лечения, предупреждения заболеваний и повреждений у спортсменов.
- Обеспечение высокой оздоровительной эффективности работы по физической культуре и спорту с лицами разного возраста, пола, различных профессий и с разным состоянием здоровья. Содействие спортивному совершенствованию.
- Определение наиболее рациональных гигиенических условий физического воспитания и осуществление системы мер, направленных на устранение факторов, оказывающих неблагоприятное воздействие на человека в процессе занятий.
-

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

2.1. Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Дисциплины данной ОПОП:

- Основы медицинских знаний и здорового образа жизни;
- Оздоровительная физическая подготовка;
- Физиология физического воспитания и спорта.

2.2. Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее:

- Оздоровительная физическая подготовка;
- Особенности предметной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья.

2. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

ПК - 2. Способен осваивать и применять базовые научно-теоретические знания по предметам в профессиональной деятельности.

ПК - 6. Способен осуществлять контрольно-оценочную деятельность по учебным предметам.

4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ

Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
-----------------------------------	-----------------------------------

ИПК - 2.1. Владеет содержанием предметных областей в соответствии с образовательными программами	Знает: – основы общей и спортивной патологии; – методику исследования и оценки физического развития; – взаимосвязь физических нагрузок и функциональных возможностей организма; – организацию медицинского обеспечения спортивных соревнований; – классификацию и общие принципы использования средств повышения спортивной работоспособности и ускорения восстановительных процессов; – причины и признаки предпатологических и патологических состояний, заболеваний и травм, возникающих при занятиях спортом, меры их профилактики; – правила оказания неотложной помощи при наиболее частых травмах и острых патологических состояниях при занятиях физической культурой и спортом.
ИПК - 2.2. Анализирует базовые научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов в предметных областях	Умеет: – оценивать оздоровительную эффективность физкультурно-спортивных занятий; – планировать и проводить мероприятия по профилактике спортивного травматизма и оказывать первую доврачебную помощь; – использовать различные средства и методы реабилитации лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
ИПК - 2.3. Использует систему базовых научно-теоретических знаний и практических умений в профессиональной деятельности	Владеет: – диагностикой физического развития и функционального состояния организма.
ИПК - 6.1. Отбирает приемы и методы организации контрольно-оценочной деятельности с учётом содержания учебного материала предметных областей	Знает: – организацию системы врачебного контроля при занятиях физической культурой и спортом; – влияние физических упражнений на органы и системы при занятиях физической культурой и спортом; – методику тестирования функционального состояния различных систем организма; – методику исследования общей и специальной физической подготовки; – методы и организацию медико-педагогических наблюдений и контроля в физической культуре и спортивной подготовке. Умеет: – осуществлять медико-педагогический контроль состояния организма занимающихся в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий; – применять методы медико-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности. Владеет:

	– методикой врачебно-педагогического наблюдения и контроля за занимающимися физической культурой и спортом.
--	---

5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ВИДОВ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ ПО СЕМЕСТРАМ

Профиль (направленность)	Се- местр	Всего часов	Количество часов по видам учебной работы				
			Лек.	Практ.	КСР	Сам. работа	Зачет
Физическая культура	5	108	6	4	6	88	4
Итого		108	6	4	6	88	4

6. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Раздел / Тема	Содержание	Количество часов		
			Лекц.	Практ.	Сам. работа
1	Введение в курс спортивной медицины, история развития.	Организация, цели, задачи спортивной медицины. Нормативная база по спортивной медицине. Должностные обязанности врача по спортивной медицине.	-	-	6
2	Основы общей и спортивной патологии	Основы общей патологии. Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан. Учение о физическом развитии. Характеристика функционального состояния организма спортсменов.	-	-	8
3	Физическая работоспособность и функциональная готовность организма спортсменов	Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов. Противопоказания для занятий спортом. Методика проведения функциональных проб. Диагностика информационной работоспособности и сенсомоторной обучаемости, время реакции.	2	2	12
4	Формирование групп для занятий физической культурой	Медицинские группы по физкультуре. Принципы формирования. Основы занятий физическим воспитанием в спецмедгруппе. Показания и противопоказания к занятиям ФК (в выборе упражнений) при различных заболеваниях. Примерные сроки допуска к занятиям по физической культуре после некоторых острых инфекционных заболеваний, травм и оперативных вмешательств.	2	-	12
5	Врачебно-педагогическое наблюдение	Врачебное обследование здоровых и больных при допуске к занятиям физкультурой и спортом. Оценка результатов	2	2	22

	за занимающимися физической культурой и спортом	исследования физического развития. Метод антропометрических стандартов. Оценка осанки (правильная осанка и типы нарушений осанки, сколиозы). Анамнез. Определение особенностей телосложения. Соматоскопия. Методика исследования физического развития спортсмена. Антропометрия. Антропометрический профиль, метод индексов. Исследование нервной и нервно-мышечной системы. Исследование системы дыхания. Исследование сердечно - сосудистой системы. Понятие о генотипе, фенотипе, телосложении и конституции. Методы исследования физического развития. Самоконтроль в процессе тренировок и соревнований. Врачебно-педагогическое наблюдение в процессе тренировочных занятий и соревнований. Протокол врачебно-педагогического наблюдения. Основные формы врачебного контроля. Роль преподавателя в организации врачебного контроля, за занимающимися спортом и физической культурой.			
6	Средства восстановления спортивной работоспособности	Особенности питания спортсменов. Методики проведения закаливающих процедур. Особенности закаливания спортсменов. Немедикаментозные средства восстановления работоспособности. Медикаментозные средства восстановления и повышения работоспособности. Психологические средства восстановления. Немедикаментозные средства восстановления работоспособности: биологическая обратная связь, «карбоник», транскраниальная электростимуляция, цветотерапия, спелеотерапия и др. Использование биологически активных добавок в спорте. Переутомления в спорте. Симптомы и диагностика хронического переутомления.	-	-	20
7	Спортивный травматизм и его предупреждение. Основы доврачебной помощи при острых патологических состояниях.	Внезапная сердечная смерть в спорте: причины и пути предупреждения. Проблема спортивного сердца. Причины заболеваний у спортсменов.	-	-	14
	Зачет		-	-	4

Итого	6	4	98
-------	---	---	----

7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ:

Курсовая работа не предусмотрена

8. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ: Приложение 1.

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

9.1. Рекомендуемая литература: Приложение 2.

9.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Университетская информационная система «Россия» (УИС Россия) <https://uisrussia.msu.ru/>
Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]. –

Режим доступа: <http://www.edu.ru> .

Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»[Электронный ресурс]. –

Режим доступа: <https://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai> .

9.3. Перечень программного обеспечения:

1. ПакетMicrosoft Office.
2. Пакет Libre Office.
3. Пакет Open Office.org.
4. Операционная система семейства Windows.
5. Интернет браузер.
6. Программа для просмотра электронных документов формата pdf, djvu.
7. Медиа проигрыватель.
8. Программа 7zip.
9. ПакетKaspersky EndpointSecurity 10 for Windows.
10. Редактор изображений Gimp.

9.4. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем: Приложение 3

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

1. Оборудованные учебные аудитории, в том числе с использованием видеопроектора и подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.

2. Аудитории для самостоятельной работы с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.

3. Аудио, -видеоаппаратура.

4. Оборудованный зал ЛФК, массажный кабинет, раковина, ширмы.

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ:

Курс "Спортивная медицина" разработан для института физической культуры и спорта АлтГПУ. Для успешного освоения курса студенту необходимо посетить лекционные и практические занятия, активно участвовать в рассмотрении проблемных вопросов, выполнить две самостоятельные работы студента в виде презентаций и составления рекомендаций для практической работы. Требования к презентации: титульный лист, порядка 30-

ти слайдов для раскрытия темы, практикоориентированная направленность материала, указание источников литературы, свободное изложение материала. Содержание курса реализует основные образовательные цели института, направленные на развитие у студентов профессиональных знаний, умений и навыков в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей. Ведущими учебными целями курса являются: знакомство студентов с особенностями влияния различных факторов окружающей среды и социальных условий на здоровье ребенка, системой мероприятий, направленных на предупреждение заболеваний и обеспечение оптимальных условий для ребенка. Пропущенные занятия отрабатываются в свободное время до зачета. Студенты, не имеющие пропусков и "долгов" по занятиям допускаются к зачету. Студенты, имеющие большинство пропусков, предварительно сдают пропущенные темы.

Методические указания для обучающихся при работе над конспектом лекций во время проведения лекции:

В процессе лекций рекомендуется вести конспект, что позволит впоследствии вспомнить изученный учебный материал, дополнить содержание при самостоятельной работе с литературой, подготовиться к отчетности.

Следует обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации, положительный опыт в ораторском искусстве. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Работа с литературой:

Работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у обучающихся свое отношение к конкретной проблеме.

Изучая материал по учебной книге (учебнику, учебному пособию, монографии, и др.), следует переходить к следующему вопросу только после полного уяснения предыдущего, фиксируя выводы и вычисления, в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода.

Особое внимание обучающийся должен обратить на определение основных понятий курса. Надо подробно разбирать примеры, которые поясняют определения. Полезно составлять опорные конспекты.

Выводы, полученные в результате изучения учебной литературы, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы при перечитывании материала они лучше запоминались.

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса.

Вопросы, которые вызывают у обучающегося затруднение при подготовке, должны быть заранее сформулированы и озвучены во время занятий в аудитории для дополнительного разъяснения преподавателем.

Дисциплина ориентирует на социально-педагогические, культурно-просветительные, научно-методические, оздоровительно-рекреативные виды профессиональной деятельности.

Спортивная медицина неотъемлемая часть в подготовке бакалавров по физической культуре и спорту. Современная спортивная медицина используется в управлении тренировочным процессом. Специальная медицинско-биологическая информация и практические навыки и умения необходимы для оптимального планирования нагрузки на уроках физической культуры и конкретного тренировочного занятия, оценки физического развития и функционального состояния организма человека и оказания неотложной помощи.

Цель преподавания дисциплины — основной целью курса «Спортивная медицина» в системе подготовки высококвалифицированных педагогов является обучение комплексу знаний, умений и навыков по организации медико-педагогического обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

Задачи дисциплины:

ознакомить с основами организации и содержания медицинского обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом;

ознакомить студентов с основными формами организации и методами исследования при врачебно-педагогических наблюдениях;

динамическими наблюдениями за состоянием здоровья, оптимальном физическом развитием и функциональными возможностями организма, занимающимися физической культурой и спортом.

методами оценки физического и функционального состояния организма занимающихся ФК и спортом;

ознакомить с основами врачебно-педагогического контроля за детьми и подростками в процессе занятий физической культурой и спортом;

дать основы знаний об общей и спортивной патологии, методах профилактики спортивного травматизма.

Преподавание курса «Спортивная медицина» строится на основе знаний, полученных студентами факультетов физической культуры при изучении анатомии и физиологии человека, физиологии физического воспитания и спорта, теории и методики физического воспитания и спорта, ОБЖ.

Студент необходимо знать:

основы общей и спортивной патологии;

организацию системы врачебного контроля при занятиях ФК и спортом;

влияние физических упражнений на органы и системы при занятиях ФК и спортом;

методику исследования и оценки физического развития;

методику тестирования функционального состояния различных систем организма;

взаимосвязь физических нагрузок и функциональных возможностей организма;

методику исследования общей и специальной физической подготовки;

методы и организацию медико-педагогических наблюдений и контроля в физической культуре и спортивной подготовке.

организацию медицинского обеспечения спортивных соревнований;

классификацию и общие принципы использования средств повышения спортивной работоспособности и ускорения восстановительных процессов.

причины и признаки предпатологических и патологических состояний, заболеваний и травм, возникающих при занятиях спортом, меры их профилактики.

правила оказания неотложной помощи при наиболее частых травмах и острых патологических состояниях при занятиях ФК и спортом.

При освоении дисциплины предполагается вовлечение студента в следующие виды учебной деятельности:

1. На аудиторных занятиях:
 - прослушивание лекций;
 - диалоговое взаимодействие по тематике дисциплины.
2. При осуществлении самостоятельной работе:
 - подготовка к практическим занятиям по предлагаемой тематике;
 - выполнение контрольной работы,
 - подготовка к тестовому срезу знаний.
3. При проведении консультаций:
 - подготовка отчетов о самостоятельной работе;
 - диалоговое взаимодействие с преподавателем по тематике дисциплины.
4. Текущий контроль:
 - презентация готовности по темам практических занятий;
 - участие в контрольном срезе на основе выполнения контрольной работы и/или выполнения тестовых заданий.

Методические указания по подготовке к практическим занятиям по дисциплине.

Практическое занятие как один из видов учебных занятий, проводимых под руководством преподавателя, направлен на углубленное освоение дисциплины, овладение методологией применительно к специфике изучаемых областей. Методической особенностью проведения практического занятия является использование эвристических приемов, в частности, создание проблемной ситуации, постановка дискуссионных вопросов и т.д. Также возможно широкое применение различных иллюстративных средств. При подготовке к практическим занятиям необходимо внимательно ознакомиться с перечнем выносимых на рассмотрение вопросов в рамках изучаемой темы, выбрать из списка рекомендуемой литературы издания, в которых они раскрываются. Следует обратить внимание на включенные в список источники и при работе с ними составить в тезисном виде конспект. При подготовке желательно выделять проблемные, дискуссионные аспекты рассматриваемых тем. В целях овладения понятийным аппаратом дисциплины рекомендуется прорабатывать прилагаемый к каждой теме список основных терминов. При ответе следует учитывать регламент работы, поэтому выступления должны быть по содержанию предельно четкими и емкими. Работа на практическом занятии предполагает дискуссионные ситуации, что требует постоянного включения в работу, внимательного и уважительного отношения к докладчикам, корректной постановки вопросов, оспаривающих реплик и возражений.

Оценивание работы студента на семинарском занятии осуществляется по следующим критериям:

- полнота и четкость ответа;
- знание исторических источников и историографии;
- активность на протяжении всего занятия;
- проявление общей эрудиции и коммуникативных способностей.

Методические рекомендации обучающимся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

Под специальными условиями для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития, включающие в себя использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования. Построение образовательного процесса ориентировано на учет индивидуальных возрастных, психофизических особенностей обучающихся, в частности предполагается возможность разработки индивидуальных учебных планов. Реализация индивидуальных учебных планов сопровождается поддержкой тьютора (родителя, взявшего на себя тьюторские функции в процессе обучения, волонтера). Обучающиеся с ОВЗ, как и все остальные

студенты, могут обучаться по индивидуальному учебному плану в установленные сроки с учетом индивидуальных особенностей и специальных образовательных потребностей конкретного обучающегося. При составлении индивидуального графика обучения для лиц с ОВЗ возможны различные варианты проведения занятий: проведение индивидуальных или групповых занятий с целью устранения сложностей в усвоении лекционного материала, подготовке к семинарским занятиям, выполнению заданий по самостоятельной работе. Для лиц с ОВЗ, по их просьбе, могут быть адаптированы как сами задания, так и формы их выполнения. Выполнение под руководством преподавателя индивидуального проектного задания, позволяющего сочетать теоретические знания и практические навыки; применение мультимедийных технологий в процессе ознакомительных лекций и семинарских занятий, что позволяет экономить время, затрачиваемое на изложение необходимого материала и увеличить его объем.

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации преподаватели, в соответствии с потребностями студента, отмеченными в анкете, и рекомендациями специалистов дефектологического профиля, разрабатывает фонды оценочных средств, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе. Форма проведения текущей аттестации для студентов с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Лицам с ОВЗ может быть предоставлено дополнительное время для подготовки к ответу на экзамене, выполнения задания для самостоятельной работы.

При необходимости студент с ограниченными возможностями здоровья подает письменное заявление о создании для него специальных условий в Учебно-методическое управление Университета с приложением копий документов, подтверждающих статус инвалида или лица с ОВЗ.

Список литературы

Код: 44.03.01

Образовательная программа: Педагогическое образование: Физическая культура

Учебный план: zФК44.03.01_2021.plx

Дисциплина: Спортивная медицина

Кафедра: Медицинских знаний и безопасности жизнедеятельности

Тип	Книга	Количество
Основная	Белова Л. В. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л. В. Белова. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2016. — 149 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/66109.html .	9999
Основная	Миллер Л. Л. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л. Л. Миллер. — Москва: Человек, 2015. — 184 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/27601 .	9999
Дополнительная	Дубровский В. И. Спортивная медицина: учебник для студентов вузов, обучающихся по педагогическим специальностям / В. И. Дубровский. — Москва: ВЛАДОС, 1999. — 479 с.: ил.	143
Дополнительная	Солодков А. С. Физиология человека: общая, спортивная, возрастная [Электронный ресурс] : учебник для высших учебных заведений физической культуры / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — Москва: Спорт, 2018. — 624 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/74306.html .	9999
Дополнительная	Спортивная медицина [Электронный ресурс] : справочник для врача и тренера / [С. Хармон Браун и др.]. — Москва: Человек, 2013. — 328 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/27602 .	9999
Дополнительная	Чинкин А. С. Физиология спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / А. С. Чинкин, А. С. Назаренко. — Москва: Спорт, 2016. — 120 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/43922 .	9999