

«УТВЕРЖДАЮ»



Врио директора института ФКСиБЖ

/А.С. Артемов /

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
Б1.О.04.03 Спортивная медицина**

**Направление подготовки:** 49.03.01 Физическая культура

**Направленность (профиль):** Фитнес-технологии и спортивная тренировка

**Квалификация (степень):** бакалавр

**Форма обучения:** очная

**Институт:** физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

**Кафедра:** медицинских дисциплин и безопасности жизнедеятельности

	<b>очная форма</b>	<b>очно-заочная форма</b>	<b>заочная форма</b>
<b>Курс</b>	<b>2</b>		
<b>Семестр/триместр</b>	<b>3</b>		

<b>Лекции</b>	<b>18</b>		
<b>Лабораторные занятия</b>			
<b>Практические (семинарские) занятия</b>	<b>36</b>		
<b>в т. ч. практическая подготовка</b>			
<b>Форма(ы) промежуточной аттестации</b>	<b>Экзамен – 0,3</b>		
<b>Контроль</b>	<b>9</b>		
<b>Иные формы работы</b>			
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>44,7</b>		

**Всего часов:108**

**Трудоемкость: 3 зачетные единицы.**

Разработчик рабочей программы:

*Доцент кафедры МД и БЖ, к.б.н. Шуралёва Е.В.*

## I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

**Цель изучения дисциплины:** формирование у студентов знаний, практических умений по организации медико-педагогического обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом

**Задачи изучения дисциплины:**

1. получение знаний об основах организации и содержания медицинского обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом;
2. получение знаний об основных формах врачебного контроля, методах оценки функционального состояния организма спортсменов;
3. обучение основам врачебно-педагогического контроля за школьниками в процессе занятий физической культурой;
4. получение основ знаний об общей и спортивной патологии, методах профилактики спортивного травматизма.
5. овладение навыками проведения функционального тестирования занимающихся;
6. овладение навыками профилактики спортивного травматизма и оказания первой помощи при заболеваниях и травмах, связанных с занятиями физической культурой и спортом.

**Место дисциплины в структуре ОПОП:** реализуется в рамках обязательной части блока Б1. Дисциплины (модули).

**Планируемые результаты обучения по дисциплине:**

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-8	Знать: - антидопинговое законодательство; - о механизмах влияния допинга на спортивный результат и видах допинга; - о вреде употребления запрещённых фармакологических препаратов; - историю возникновения допинговой проблемы; - о методах борьбы с допингом в спорте..	Знает: <ul style="list-style-type: none"><li>• характер негативного влияния применения допинга на организм</li></ul>
	Уметь: -проводить профилактические мероприятия по борьбе с применением допинга в спорте;	Умеет: <ul style="list-style-type: none"><li>• анализировать характер негативного влияния применения допинга на организм;</li><li>• разъяснять занимающимся процедуру проведения допинг-контроля, права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля</li></ul>
	Владеть: - методами антидопинговой пропаганды в среде спортсменов	Владеет: <ul style="list-style-type: none"><li>• навыками планирования антидопинговых мероприятий;</li></ul>

ОПК-11	разного возраста.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• навыками проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий</li> </ul>
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- научный аппарат и методологию исследований в сфере физической культуры; виды научных исследований в сфере физической культуры и особенности их проведения; требования к представлению результатов научного исследования, в том числе к оформлению научных текстов;</li> </ul>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методику исследования и оценки физического развития;</li> <li>– методику тестирования функционального состояния различных систем организма;</li> <li>– методику исследования и оценки общей и специальной физической работоспособности;</li> </ul>
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать научно-методическое обеспечение реализуемых учебных программ; проектировать систему оценки результатов в освоении практических умений и навыков обучающихся; использовать новую научную (научно-техническую) информацию о новшествах в сфере физической культуры и спорта; использовать результаты собственных научных исследований для совершенствования качества научно-методического обеспечения в своей профессиональной деятельности; работать с различными источниками информации, использовать компьютерную технику и современные средства телекоммуникации; критически работать с научными текстами (выделять основные идеи, систематизировать и обобщать информацию, полученную в ходе проведения исследования); обоснованно и грамотно цитировать первоисточники; формулировать и обосновывать выводы по предмету исследования;</li> </ul>	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать знания, полученные при изучении дисциплины, в практической деятельности по повышению информированности в вопросах здоровья, формированию здорового образа жизни и оздоровлению различных контингентов населения средствами физической культуры и спорта;</li> <li>– оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, адекватно выбирать средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей;</li> </ul>
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понятийным аппаратом исследований в сфере физической культуры; технологиями поиска, сбора, интерпретации, анализа, систематизации, хранения и передачи</li> </ul>	<p>Владет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– технологиями проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий с учетом гигиенических требований;</li> <li>методами и средствами сбора, обобщения и использования информации об уровне</li> </ul>

	информации, в том числе с использованием современных информационно-коммуникационных технологий; навыками разработки новых подходов к преподаванию и технологий обучения в сфере физической культуры и спорта;	гигиенической культуры различных контингентов, занимающихся физической культурой и спортом.
--	---	---

## II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу

### Очная форма обучения

№	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Основы общей и спортивной патологии</b>	<b>27</b>	<b>4</b>	<b>8</b>		<b>15</b>
2.	Тема 1. Предмет и задачи спортивной медицины. Здоровье и болезнь в спорте.	8	1	2		5
3.	Тема 2. Основы общей патологии. Типовые патологические процессы.	7	1	2		4
4.	Тема 3. Хроническое перенапряжение, заболевания и травмы у спортсменов	6	1	2		3
5.	Тема 4. Первая помощь при острых заболеваниях и травмах. Профилактика спортивного травматизма.	6	1	2		3
<b>6.</b>	<b>Раздел 2. Оценка физического развития и подготовленности спортсменов</b>	<b>27</b>	<b>4</b>	<b>8</b>		<b>15</b>
7.	Тема 5. Физическое развитие спортсменов. Методы исследования	8	1	2		5
<b>8.</b>	<b>Тема 6. Функциональное состояние спортсменов. Методы исследования</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>2</b>		<b>4</b>
<b>9.</b>	<b>Тема 7. Функциональные пробы в спорте</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>2</b>		<b>3</b>
10.	Тема 8. Общие закономерности адаптации организма к физическим нагрузкам. Критерии оценки	6	1	2		3
<b>11.</b>	<b>Раздел 3. Средства и методы восстановления и повышения спортивной работоспособности</b>	<b>27,7</b>	<b>4</b>	<b>8</b>		<b>15,7</b>
12.	Тема 9. Принципы применения восстановительных средств в спорте. Классификация	8	1	2		5
13.	Тема 10. Использование физических факторов для восстановления спортивной работоспособности. Гигиенические средства восстановления	7	1	2		4
14.	Тема 11. Основы спортивного массажа и самомассажа	5,7	1	2		2,3
15.	Тема 12. Фармакологические средства восстановления. Понятие о допинге	6,7	1	2		3,7
16.	<i>Форма отчетности</i>	0,3				
17.	<i>Контроль</i>	9				
18.	<i>Итого за 3 семестр</i>	<b>108</b>	<b>18</b>	<b>36</b>		<b>44,7</b>

19.	в т.ч. практическая подготовка					
20.	ИТОГО:	108	18	36		44,7

### **Очно-заочная форма обучения**

(не реализуется)

### **Заочная форма обучения**

(не реализуется)

## **III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Текущая аттестация проводится в форме контрольной работы, теста, реферата, творческого задания, кейса и др.

### **Типовой вариант контрольной работы**

#### **Задача № 1.**

При осмотре ребенка в возрасте 4,5 мес. отмечается выраженная наружная ротация правого бедра. Двигательные навыки ребенка соответствуют возрасту. Что необходимо посмотреть у ребенка дополнительно на осмотре? Какие исследования необходимо провести?

Правильный ответ: При осмотре необходимо дополнительно отследить наличие следующих симптомов: ограничение отведения бедра с одной стороны, симптом соскальзывания, асимметрия ягодичных складок, укорочение нижней конечности. Необходимые исследования: В зависимости от возраста: УЗИ или рентгенография т/б суставов в прямой проекции и по Лаундштейну.

#### **Задача №2.**

Родители ребенка возрастом 2,5 мес. жалуются на то, что ребенок лежит в кроватке криво. При осмотре: незначительная асимметрия тонуса мышц туловища верхних и нижних конечностей, выраженный наклон головы в правую сторону. При попытке вывести голову в центральное положение отмечается резкая негативная реакция ребенка. Опишите необходимые исследования для выяснения причин отклонения у ребенка? Какое лечение необходимо провести?

Правильный ответ: Лечение положением. Массаж с первых недель жизни. Гимнастика по методу Vojta

### **Примерная тематика рефератов**

1. Исторический аспект возникновения лечебной физкультуры в России.
2. Медицинская реабилитация при нарушениях мозгового кровообращения.
3. Медицинская реабилитация при инфаркте миокарда.
4. Современные технологии в реабилитации больных с патологией опорнодвигательного аппарата.
5. Современные технологии в реабилитации больных бронхо-легочной патологией.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме экзамена, с использованием следующих оценочных материалов: *перечень вопросов к экзамену*

### **.Вопросы к экзамену ( 3 семестр, очная форма обучения)**

1. Спортивная медицина: определение, цель, задачи, принципы организации российской спортивной медицины
2. Здоровье и основные его критерии. Болезнь, ее течение, формы, периоды, исходы.
3. Терминальные состояния и их характеристика. Срочная помощь.
4. Понятие этиологии и патогенезе. Этиологические факторы болезней и их характеристика
5. Понятие о конституции. Классификации М.В.Черноруцкого, В.Т.Штефко.
6. Патология, характерная для разных конституциональных типов.
7. Понятие об иммунитете, классификация видов иммунитета. Антигены и антитела.
8. Органы иммунной системы. Факторы естественной резистентности.
9. Понятие об аллергии. Аллергены и их виды. Патогенез аллергической реакции.
10. АРНТ и АРЗТ. Анафилактический шок, его проявления и варианты.
11. Физическая аллергия и ее варианты. Лечение и профилактика физических аллергий.
12. Местные расстройства кровообращения и их характеристика.
13. Воспаление: определение, причины, симптомы. Морфологические признаки.
14. Атрофия, гипертрофия: понятия, причины возникновения, механизм образования, виды.
15. Опухоли: понятие, особенности роста, классификация. Понятие о метастазах.
16. Виды обследования при врачебном контроле, их цели. Принципы организации углубленных медицинских обследований. Оценка состояния здоровья. Условия допуска к занятиям спортом.
17. Клинические методы обследования спортсменов и их характеристика.
18. Параклинические методы обследования спортсменов и их характеристика.
19. Традиционные методы оценки физического развития. Антропометрический профиль.
20. Метод индексов
21. Принципы обследования опорно-двигательного аппарата спортсменов.
22. Исследование функций нервной и нервно-мышечной систем.
23. Дыхание и его компоненты и механизмы. Исследование функциональных возможностей системы внешнего дыхания.
24. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Пробы и их оценка.
25. Принципы исследования общей физической работоспособности. Пробы и тесты, методика выполнения и принципы оценки.
26. Принципы самоконтроля спортсменов и физкультурников и его показатели.
27. Противопоказания к занятиям спортом.
28. Особенности врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами. Особенности тренировки и факторы риска здоровью.
29. Морфофункциональные особенности растущего организма детей и подростков и возможные факторы риска
30. Сроки допуска к занятиям спортом детей и подростков и возрастные этапы их спортивной подготовки
31. Особенности врачебного контроля за женщинами
32. Предпатологические и патологические состояния, возникающие при нерациональных физических нагрузках. Понятия, виды нарушений.
33. Этиологические факторы хронического перенапряжения, специфических заболеваний и травм опорно-двигательного аппарата у спортсменов
34. Травмы опорно-двигательного аппарата у спортсменов и первая помощь при разных видах
35. Травмы головного и спинного мозга, периферической нервной системы и первая помощь
36. Травмы внутренних и прочих органов (уха, горла, носа, глаз)
37. Заболевания сердечно-сосудистой системы и их причины. Основные симптомы.
38. Недостаточность кровообращения.
39. Болезни сердечной мышцы, клапанов сердца, сосудов, нейрогуморального, регулирующего кровообращение прибора.

40. Заболевания системы дыхания. Причины, симптомы, профилактика
41. Заболевания органов пищеварения: причины, симптомы, диагностика. Осложнения.
42. Заболевания опорно-двигательного аппарата: артриты, артрозы, остеохондроз, остеопороз, клиническая картина, лечение
43. Неотложные состояния у спортсменов: анафилактический шок, внезапное прекращение кровообращения, обмороки, гипогликемическое состояние. Клиническая картина, первая помощь
44. Средства, используемые в целях оптимизации процессов восстановления повышения физической работоспособности спортсменов
45. Принципы антидопингового контроля. Общие положения.
46. Запрещенные вещества, методы и осложнения после их применения

#### IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

##### Основная литература

1. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496351> (дата обращения: 30.09.2023).

##### Дополнительная литература

1. Красников, В. Е. Патофизиология: общая нозология : учебное пособие для вузов / В. Е. Красников, Е. А. Чагина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 193 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07454-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494093> (дата обращения: 30.09.2023).
2. Долгих, В. Т. Патофизиология. В 2 т. Том 1. Общая патофизиология : учебник и практикум для вузов / В. Т. Долгих. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 371 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11893-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494392> (дата обращения: 30.09.2023).

#### V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
2	<a href="http://www.garant.ru">www.garant.ru</a>	Гарант.РУ – информационно-правовой портал	Свободный доступ.
3	<a href="http://femb.ru/">http://femb.ru/</a>	Федеральная электронная медицинская библиотека Министерства здравоохранения РФ	Свободный доступ.
4	<a href="http://webmedinfo.ru/">http://webmedinfo.ru/</a>	Открытый информационно-образовательный медицинский ресурс	Свободный доступ.

#### VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a>	Электронно-библиотечная система (ЭБС)	Регистрация через любой университетский
----	---	---------------------------------------	---

		Университетская библиотека онлайн	компьютер. В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
2.	<a href="http://www.garant.ru">www.garant.ru</a>	Информационно-правовой портал	Свободный доступ
3.	<a href="http://www.elibrary.ru">www.elibrary.ru</a>	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ
4.	<a href="http://www.consultant.ru">www.consultant.ru</a>	Российская компьютерная справочно-правовая система	Свободный доступ

## **VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

## **VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.