

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А. БУНИНА



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ Б1.В.01.04 Спортивная медицина

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт

Квалификация (степень): Бакалавр

Форма обучения: очная

Институт: Физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: медицинских дисциплин и безопасности жизнедеятельности

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	2		
Семестр/триместр	4		

Лекции	36		
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия	36		
в т. ч. практическая подготовка			
Форма(ы) промежуточной аттестации	Зачет с оценкой		
Контроль			
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	72		

Всего часов: 144 часов

Трудоемкость: 4 зачетных единицы.

Разработчик(и) рабочей программы: старший преподаватель Добрина 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:

- получение знаний об основах организации и содержания медицинского обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом;
- получение знаний об основных формах врачебного контроля, методах оценки функционального состояния организма спортсменов;
- обучение основам врачебно-педагогического контроля за школьниками в процессе занятий физической культурой;
- получение основ знаний об общей и спортивной патологии, методах профилактики спортивного травматизма.
- овладение навыками проведения функционального тестирования занимающихся;
- 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 вариативной части (части, формируемой участниками образовательных отношений) блока Б1. Дисциплины (модули).

Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
-----------------	-----------------------------------	---

<p>ПКС-2 Способен использовать в процессе реабилитационных мероприятий средства и методы восстановления после травм и заболеваний функциональных систем организма</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре. <p>Владеть:</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - влияние физических упражнений на органы и системы, морфо-функциональные особенности организма спортсмена; - методику исследования и оценки физического развития; - методику тестирования функционального состояния различных систем организма; - методику исследования и оценки общей и специальной физической работоспособности; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - формировать осознанное использование средств физической культуры как фактора восстановления работоспособности, обеспечения активного долголетия; <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологиями проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий с учетом гигиенических требований; - методами и средствами сбора, обобщения и использования информации об уровне гигиенической культуры различных контингентов, занимающихся физической культурой и спортом.
---	--	---

	<p>-разработкой творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний;</p> <p>- планированием и проведением уроков, направленных на по развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;</p> <p>- разработкой новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения;</p> <p>- регулированием физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p>	
--	--	--

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

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
1.	Раздел 1. Основы общей и спортивной патологии	48	12		12	24
2.	Тема 1. Предмет и задачи спортивной медицины. Здоровье и болезнь в спорте.	14	3		3	8
3.	Тема 2. Основы общей патологии. Типовые патологические процессы.	12	3		3	6
4.	Тема 3. Хроническое перенапряжение, заболевания и травмы у спортсменов	12	3		3	6
5.	Тема 4. Первая помощь при острых заболеваниях и травмах. Профилактика спортивного травматизма.	12	3		3	6

6.	Раздел 2. Оценка физического развития и подготовленности спортсменов	72	12		12	24
7.	Тема 5. Физическое развитие спортсменов. Методы исследования	12	3		3	6
8.	Тема 6. Функциональное состояние спортсменов. Методы исследования	12	3		3	6
9.	Тема 7. Функциональные пробы в спорте	12	3		3	6
10.	Тема 8. Общие закономерности адаптации организма к физическим нагрузкам. Критерии оценки	12	3		3	6
11.	Раздел 3. Средства и методы восстановления и повышения спортивной работоспособности	72	12		12	48
12.	Тема 9. Принципы применения восстановительных средств в спорте. Классификация	12	3		3	6
13.	Тема 10. Использование физических факторов для восстановления спортивной работоспособности. Гигиенические средства восстановления	12	3		3	6
14.	Тема 11. Основы спортивного массажа и самомассаж	12	3		3	6
15.	Тема 12. Фармакологические средства восстановления. Понятие о допинге	12	3		3	6
16.	<i>Форма отчетности</i>	Зачет с оценкой				
17.	<i>Итого за 4 семестр</i>	144	36		36	144
18.	в т.ч. практическая подготовка					
19.	ИТОГО:	144	36		36	144

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 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 зачета с оценкой, с использованием следующих оценочных материалов: *перечень вопросов к зачету с оценкой.*

Вопросы к зачету с оценкой (4 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. Предпатлогические 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

4.1. 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: 30.08.2021).

4.2. 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: 30.08.2021).

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: 30.08.2021).

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

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

VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	http://www.biblioclub.ru	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
2.	www.garant.ru	Информационно-правовой портал	Свободный доступ
3.	www.elibrary.ru	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ
4.	www.consultant.ru	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.