

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор института физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности



/ А. А. Шахов /

**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): Адаптивный спорт и физическая реабилитация

Квалификация (степень): бакалавр

Форма обучения: очная

Институт: Институт физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: фундаментальных медицинских и клинических дисциплин

	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	2		
Форма(ы) промежуточной аттестации	Зачет с оценкой		
Контроль			
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	144		

Всего часов: 216 часов

Трудоемкость: 6 зачетных единиц.

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
ПКС-1 Способен обеспечивать эффективность процесса физической реабилитации различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной деятельности, направленной на восстановление после травм и заболеваний	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- этиопатогенез и возможные варианты течения основных форм патологии;- основные понятия, используемые в лечебной физической культуре и физической реабилитации;- предмет, цель, роль и место лечебной физической культуры в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;- анатомическое строение и функции органов и систем организма, закономерности физического, психического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- составить комплекс физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов после выполнения физических нагрузок с учётом особенностей контингента;	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none">- основы общей патологии;- организацию системы врачебного контроля при занятиях физической культурой и спортом;- методику и трактовку врачебно-педагогических наблюдений;- 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 спортом

<p>функциональных систем организма человека.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы лечебной физической культуры для данной категории занимающихся; - практически применять основные методики физической реабилитации и лечебной физической культуры. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; 3 - оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций. 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять знания в области санитарного законодательства и нормативно-правовые документы (СанПиН) в педагогической, тренерской; рекреационной; организационноуправленческой деятельности; - использовать гигиенические принципы нормирования нагрузок при разработке учебных планов и программ, проведении учебных занятий по физической культуре и спортивных тренировок в различных образовательных учреждениях, в сфере детскоюношеского спорта, при работе со спортсменами массовых разрядов, в рекреационной деятельности; - оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, адекватно выбирать средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей; - оценивать правильность и адекватность питания лиц, занимающихся физической культурой и спортом, давать рекомендации по оптимизации питания; - проводить профилактику травматизма во время занятий физической культурой и спортом путем неукоснительного соблюдения санитарно-гигиенических правил и норм <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками просветительской работы по вопросам здоровья и здорового образа жизни; - способами гигиенической оценки условий и организации проведения занятий по физической культуре, тренировок и соревнований; - технологиями физиолого-гигиенического контроля состояния занимающихся;
--	---	---

<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"> - основные медико-биологические закономерности восстановления организма после травм и заболеваний; - современные технологии, используемые в физической реабилитации; основы применения методов измерения и оценки физического развития и функциональной подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - показатели общих и функциональных методов обследования больных, направляемых на реабилитацию для оценки эффективности реабилитационных мероприятий; - совместимость и последовательность назначения физиотерапевтических методов лечения и реабилитации на различных этапах патологического процесса при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы; - показания и противопоказания к применению физиотерапевтических методов лечения и реабилитации при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы; - показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры у травматологических и ортопедических больных; - средства и формы ЛФК, используемые при лечении и реабилитации травматологических и ортопедических больных; - механизмы лечебного действия физических упражнений при различных заболеваниях травматологического и ортопедического профиля; - методы контроля эффективности проводимых занятий. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять цели и задачи для реабилитации нарушенных или временно утраченных функций организма человека; - работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления организма; - составлять комплексные методики физической реабилитации с учётом нозологических форм, возрастных и гендерных групп; - проводить медицинский осмотр, включающий объективные методы обследования, данные лабораторно-инструментальных методов исследования; - определять показания и противопоказания для назначения физиотерапевтических методов реабилитации при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы; - проводить приём больных с травмами и заболеваниями опорно-двигательной 	<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>системы, направляемых на лечение и реабилитацию, и при необходимости вносить коррективы в назначения после согласования с лечащим врачом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обосновывать необходимость назначения средств ЛФК больному, основываясь на результатах клинического, лабораторного и других методов исследования; - составлять методические указания, схему занятий и комплекс упражнений ЛФК для больных; - проводить оценку эффективности занятий ЛФК с использованием клинических и функциональных методов исследования; - давать рекомендации больному при выписке из стационара по использованию средств ЛФК для повышения уровня физического <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - диагностическими приёмами, позволяющими оценить уровень функционального состояния отдельных органов и систем больного; - физиотерапевтической терминологией в части описания показаний и противопоказаний для проведения физиотерапевтического лечения больных с травмами и заболеваниями опорно-двигательной системы, дозирования физических факторов и оформления медицинской документации физиотерапевтического назначения; - дифференцированным применением физиотерапевтических методов реабилитации больных с травмами и заболеваниями опорно-двигательной системы в соответствии с показаниями и противопоказаниями к их назначению и оформлением соответствующей документации; - методиками текущего контроля за реакциями организма больного в ответ на физические нагрузки; - методиками написания назначений и проведения занятий лечебной гимнастикой с больными травматологического и ортопедического профиля. 	
--	--	--

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	72	12		12	48
2.	Тема 1. Предмет и задачи спортивной	18	3		3	12

	медицины. Здоровье и болезнь в спорте.					
3.	Тема 2. Основы общей патологии. Типовые патологические процессы.	18	3		3	12
4.	Тема 3. Хроническое перенапряжение, заболевания и травмы у спортсменов	18	3		3	12
5.	Тема 4. Первая помощь при острых заболеваниях и травмах. Профилактика спортивного травматизма.	18	3		3	12
6.	Раздел 2. Оценка физического развития и подготовленности спортсменов	72	12		12	48
7.	Тема 5. Физическое развитие спортсменов. Методы исследования	18	3		3	12
8.	Тема 6. Функциональное состояние спортсменов. Методы исследования	18	3		3	12
9.	Тема 7. Функциональные пробы в спорте	18	3		3	12
10.	Тема 8. Общие закономерности адаптации организма к физическим нагрузкам. Критерии оценки	18	3		3	12
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	18	3		3	12
13.	Тема 10. Использование физических факторов для восстановления спортивной работоспособности. Гигиенические средства восстановления	18	3		3	12
14.	Тема 11. Основы спортивного массажа и самомассаж	18	3		3	12
15.	Тема 12. Фармакологические средства восстановления. Понятие о допинге	18	3		3	12
16.	<i>Форма отчетности</i>	Зачет с оценкой				
17.	<i>Итого за 4 семестр</i>	216	36		36	144
18.	в т.ч. практическая подготовка	2				
19.	ИТОГО:	216	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. 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 (уша, 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: 30.08.2024).

4.2. Дополнительная литература

1. Красников В. Е. Патолофизиология: 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: 30.08.2024).
2. Долгих В. Т. Патолофизиология. В 2 т. Том 1. Общая патолофизиология : 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: 30.08.2024).

У. 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.

У. 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.