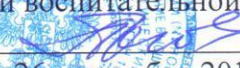


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Алтайский государственный гуманитарно-педагогический университет
имени В.М.Шукшина»
(АГГПУ им. В.М. Шукшина)

Центр повышения квалификации и переподготовки

Утверждено
на Ученом совете вуза
Протокол № 2/1
от «25» сентября 2018г.



Утверждаю:
Проректор по учебной
и воспитательной работе
 О.В. Попова
«26» сентября 2018г.

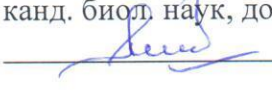
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО МОДУЛЯ
«СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА»**

Квалификация

Педагог физической
культуры

Составитель:

канд. биол. наук, доцент

 О.И. Пятунина

Распределение учебной нагрузки

Общий объем (час.)	Аудиторная			Самостоят. Работа	Форма контроля
	Лекции	Практич.	Лаборатор.		
36	4	2	-	30	Зачет

Программа одобрена на заседании кафедры ФК и здоровья

Протокол № 1 от «07» сентября 2018 г.

И.о. заведующего кафедрой _____ Н.А. Першина

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины: формирование систематизированных знаний в области спортивной медицины.

Задачи дисциплины:

1. Изучение основ медико-биологического отбора и допуска к занятиям тем или иным видом спорта в соответствии с генотипическими и фенотипическими возможностями человека;
2. Изучение методов контроля за функциональной готовностью организма спортсмена в условиях осуществления избранной им спортивной деятельности и оценкой реакций организма спортсмена на совершаемую им тренировочную и соревновательную работу.
3. Освоение современных подходов к диагностике, лечению и профилактике патологических состояний при нерациональных занятиях спортом, новых методик восстановления спортивной работоспособности;
4. Овладение методами оказания первой медицинской помощи при заболеваниях различных органов и систем, травмах и неотложных состояниях.
5. Ознакомление с реабилитацией спортсменов после перенесенных травм и заболеваний.

Место дисциплины (модуля) в структуре ООП

Областями профессиональной деятельности, на которые ориентирует дисциплина (модуль) «Спортивная медицина», являются сферы образования, социальной сферы, культуры.

Освоение программы готовит к работе со следующими *объектами профессиональной деятельности*: обучение, воспитание, развитие, просвещение, образовательные системы.

Дисциплина (модуль) готовит к решению следующих *задач профессиональной деятельности*:

- *педагогическая деятельность*:
 - изучение возможностей, потребностей, достижений обучающихся в области образования;
 - использование технологий, соответствующих возрастным особенностям обучающихся и отражающих специфику предметной области;
 - организация взаимодействия с общественными и образовательными организациями, детскими коллективами и родителями, участие в самоуправлении и управлении школьным коллективом для решения задач профессиональной деятельности;
 - осуществление профессионального самообразования и личностного роста;
 - *проектная деятельность*:
 - проектирование содержания образовательных программ и современных педагогических технологий с учетом особенностей образовательного процесса, задач воспитания и развития личности через преподаваемые предметы;
 - *исследовательская деятельность*:
 - использование в профессиональной деятельности методов научного исследования.
 - *культурно-просветительская деятельность*:
 - организация культурного пространства;
- Освоение данной дисциплины является необходимой основой для изучения последующих дисциплин Теория и методика обучения предмету «Физическая культура», Лечебная физическая культура и массаж.

Планируемые результаты обучения

Слушатель, освоивший дисциплину (модуль), должен обладать *общепрофессиональными компетенциями*:

- готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся (ОПК-6).

К ожидаемым результатам реализации программы относятся:

знать:

- основные термины, применяемые в спортивной медицине;
- основные методы изучения и оценки различных показателей функционального состояния органов и систем с учетом двигательной нагрузки;
- функциональные пробы для всех систем;
- особенности контроля за влиянием двигательной нагрузки на организм в половозрастном аспекте;
- дополнительные средства восстановления;
- основы спортивной патологии;
- основы общей патологии;
- организацию системы врачебного контроля при занятиях физической культурой и спортом;
- влияние физических упражнений на органы и системы, морфо-функциональные особенности организма спортсмена;
- методику исследования и оценки физического развития;
- классификацию и общие принципы использования средств повышения спортивной работоспособности и ускорения восстановительных процессов;
- правила оказания неотложной помощи при наиболее частых травмах и острых патологических состояниях при занятиях спортом.

уметь:

- оказывать первую помощь при травме и внезапном заболевании;
- проводить и оценивать результаты тестов;
- оценивать степень тренированности по данным функциональных проб, дать рекомендации по ее увеличению;
- анализировать все исследования с точки зрения влияния на здоровье школьника.

владеть:

- методикой тестирования функционального состояния различных систем организма;
- методикой исследования и оценки общей и специальной физической работоспособности;
- методикой и трактовкой врачебно-педагогических наблюдений;
- организацией медицинского обеспечения спортивных соревнований.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	всего	Лекции	практич.	самостоят. работа
1	Основы общей патологии человека	10			8
2	Исследование и оценка физического развития и функционального состояния	10	2		8
3	Функциональное состояние организма спортсмена	10	2		8
4	Спортивный травматизм	6		2	6

5	<i>Итого</i>	36	4	2	30
---	--------------	----	---	---	----

Содержание дисциплины (модуля)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Содержание раздела
1	Основы общей патологии человека	Основы общей патологии в спорте. Цели, задачи и содержание спортивной медицины. Общее учение о болезни. Этиология и патогенез. Роль наследственности в патологии. Основные патологические процессы организм человека. Острые патологические состояния у спортсменов. Острые патологические состояния у спортсменов. Анализ заболеваемости спортсменов. Сосудистая недостаточность. Перенапряжение миокарда. Гипогликемия. Тепловой и солнечный удары, утопление. Летальность в спорте.
2	Исследование и оценка физического развития и функционального состояния	Методы определения и оценки физического развития занимающихся физической культурой и спортом. Учение о физическом развитии. Физическое развитие как ведущий критерий здоровья. Методы исследования. Соматоскопия. Антропометрия. Оценка результатов. Особенности физического развития и телосложения у представителей различных видов спорта. Методика антропометрического исследования. Оценка физического развития спортсмена. Использование современных, в том числе оригинальных компьютерных методик определения соматотипа, общего физического развития. Определение состава тела и процента жира в организме. Комплексная оценка физического развития. Метод индексов, центильный метод. Нарушения осанки и формы стоп. Профилактика.
3	Функциональное состояние организма спортсмена	Функциональное состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем спортсменов. Функциональное состояние дыхательной системы спортсменов. Функциональные пробы дыхательной системы. Понятие о гипертрофии. Структурные особенности спортивного сердца. Функциональные характеристики ССС. Принцип экономичности работы сердца у спортсмена. Функциональные нарушения сердечно-сосудистой системы. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы (показатели кардиодинамики, гемодинамики в покое и в нагрузке). Особенности

		функционирования сердечно-сосудистой системы у детей. Типы реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку. Характеристика функционального состояния организма спортсмена. Функциональное состояние организма спортсмена и диагностика тренированности ЦНС и периферической нервной системы, нервно-мышечного аппарата. Методики скрининг-оценки. Неврологический анамнез. Нарушения функционального состояния ЦНС (неврозы, неврозоподобные реакции). Функциональное состояние сенсорных систем организма спортсмена. Исследование зрительного и слухового анализаторов. Перенапряжение и перетренированность. Факторы, ухудшающие физическую работоспособность и состояние здоровья спортсменов. Средства восстановления спортивной работоспособности. Понятие об утомлении. Перетренированность и перенапряжение: причины, последствия, профилактика. Допинг. Виды. Классификация. Патологические реакции воздействия на организм спортсмена при применении допинговых препаратов. Антидопинговый контроль. Классификация восстановительных средств. Общие принципы использования средств восстановления. Педагогические, психологические, медицинские и физические средства восстановления
4	Спортивный травматизм	Спортивный травматизм. Общая характеристика спортивного травматизма. Наиболее частые причины и механизмы спортивных повреждения. Понятие об открытых и закрытых травмах, травмах различной степени тяжести. Основные принципы оказания первой помощи при травмах. Основы профилактики спортивного травматизма.

Самостоятельная работа

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Наименование вида работы
1.	Основы общей патологии человека	Составление терминологического словаря
2	Исследование и оценка физического развития и функционального состояния	Тестирование
3	Функциональное состояние организма спортсмена	Изучение материалов лекции и рекомендованной литературы. Ответы на контрольные вопросы по теме
4	Спортивный травматизм	Тестирование. Составление презентации

Оценочные средства для контроля знаний

Оценка уровня усвоения обучающимися знаний, умений, навыков и сформированности компетенций в результате изучения дисциплины (учебного модуля) осуществляется на зачете, который проводится в форме итогового тестирования.

Тестовые задания

Уважаемые слушатели, работая с тестовыми заданиями, выберите один или несколько из предложенных вариантов ответа, либо установите соответствие

Выберите один правильный ответ

1. Индекс Кетле - это:

- а) весо-ростовой показатель; б) росто-весовой показатель
- в) тип телосложения; г) простой туловищный показатель.

2. Увеличение органа или его части вследствие увеличения объема и (или) числа клеток называется....

- а) некроз; б) гипертрофия; в) гиперемия; г) гемостаз.

3. К факторам, влияющим на реакцию артериального давления при физической нагрузке у юных спортсменов не относятся:

- а) степень тренированности; б) направленность тренировочного процесса;
- в) возраст; г) пол; д) уровень полового развития.

4. К веществам, повышающим физическую работоспособность спортсмена в условиях гипоксии в организме, относятся:

- а) белки; б) холестерин; в) кетоновые тела; г) витамин В15 (пангамат калия).

5. Жизненная емкость легких измеряется...

- а) динамометром; б) тонометром; в) спирометром; г) калипером.

6. Ускоренный темп физического развития детей и подростков называют ...

- а) половым созреванием; б) нормальным развитием; в) ретардацией; г) акселерацией.

7. Какие средства надо использовать для остановки артериального кровотечения?

- а) давящую бинтовую повязку; б) индивидуальный перевязочный пакет; в) жгут; г) шину.

8. Инфаркт миокарда - это ...

- а) спазм сердечных сосудов; б) одышка;
- в) омертвление (некроз) сердечной мышцы; г) ревматизм.

9. Что необходимо сделать в первую очередь при ушибах?

- а) приложить тепло; б) создать неподвижность поврежденному участку;
- в) приложить холод; г) остановить кровотечение; д) успокоить пострадавшего.

10. Одним из ранних признаков гипогликемического состояния является:

- а) помрачение сознания; б) нарушение речи; в) головокружение; г) острое чувство голода.

Выберите все правильные ответы

11. Перечислите дыхательные пробы:

- а) Штанге; б) Серкина; в) Генчи; г) Шартине; д) Летунова

12. Противопоказанием для измерения становой силы являются:

- а) беременность; б) менструация; в) миопия высокой степени;
- г) грыжа межпозвонкового диска; д) головная боль; е) избыточная масса тела,
- ж) отсутствие пальца на руке.

13. Что можно подразумевать под термином "иммунитет"?

- а) состояние невосприимчивости организма к заболеваниям;
- б) состояние в результате какого-либо заболевания;
- в) состояние гомеостаза;
- г) состояние организма при угасании инфекционного заболевания.

Укажите термины

14. Регулярное наблюдение за состоянием своего здоровья и физического развития и их изменений под влиянием занятий физкультурой и спортом называется _____ .

15. Изменения в организме вследствие нарушений его циркадианных (околосуточных и суточных) ритмов называется _____ .

Установите соответствие

16. Установите соответствие между названием типа конституции и его характеристикой:

1) мышечный, 2) дигестивный, 3) астеноидный, 4) торакальный.	а) спина прямая, грудная клетка цилиндрическая, живот прямой с хорошо выраженной мускулатурой, эпигастральный угол прямой, скелет крупный, массивный, с хорошо выраженными эпифизами, тонус мышц высокий. б) спина часто сутулая, грудная клетка уплощена, сужена снизу, живот прямой или впалый, эпигастральный угол острый, костяк тонкий, слабое развитие мышц, тонус их вялый, подкожно-жировой слой незначительный. в) спина плоская, грудная клетка коническая, расширенная снизу, живот выпуклый, эпигастральный угол тупой, обильное жировое отложение на всех участках тела, крупный костяк, мышечный тонус хороший. г) спина чаще прямая, грудная клетка цилиндрическая, живот прямой, эпигастральный угол прямой, скелет относительно узко сложенный, умеренное развитие подкожно-жирового слоя и мышц.
---	---

17. Установите соответствие между названием вида осанки и его характеристикой:

1) нормальная; 2) сколиотическая; 3) сутулая; 4) лордическая. 5) выпрямленная;	а) кифоз грудного отдела увеличен, грудная клетка уплощена, плечевой пояс сдвинут кпереди; б) физиологические изгибы слабо выражены, голова наклонена кпереди, спина плоская; в) различная длина конечностей, на разном уровне располагаются надплечья, углы лопаток и ягодичные складки, отмечается боковое отклонение позвоночника или его сегментов. г) прямое положение головы и позвоночника, симметричное положение надплечий, углов обеих лопаток, ягодичных складок; правильные физиологические изгибы позвоночника в саггитальной плоскости.
--	--

Критерии оценки тестовых заданий (уровня формирования компетенций):

Тест оценивается по 100-балльной шкале, которая переводится в 4-х балльную шкалу:

- отметка «5» соответствует 87-100% (выставляется в случае, если слушатель дал 26-30 правильных ответов);
- отметка «4» соответствует 75-86% (выставляется в случае, если слушатель дал 22-25 правильных ответа);
- отметка «3» соответствует 60-74% (выставляется в случае, если слушатель дал 18-21 правильных ответа);
- отметка «2» – менее 60% (выставляется в случае, если слушатель дал менее 18 правильных ответов).

Дисциплина (учебный модуль) считается освоенной (компетенции сформированными), если обучающийся выполняет тест на 60-100% и его знания оцениваются от 3 до 5 баллов; в случае, когда тест выполнен менее чем на 60% (что соответствует 2 баллам), дисциплина (учебный модуль) считается не освоенным.

Материально-техническое оснащение программы

№	Наименование	Кол-во	Форма использования
<i>Аудитория 213</i>			
1.	Видеопроектор, интерактивная доска, персональный компьютер	1	Демонстрация материалов лекционных и практических занятий, учебных и научных видеоматериалов, организация дистанционной формы обучения, доступ к образовательным ресурсам
<i>Аудитория 229</i>			
2.	Видеокомплекс (видеомагнитофон, телевизор)	1	Демонстрация материалов лекционных и практических занятий, учебных и научных видеоматериалов
3.	Персональные компьютеры	10	Доступ к образовательным ресурсам во время самостоятельной работы слушателей, контроль знаний слушателей (тестирование), организация дистанционной формы обучения, доступ к образовательным ресурсам
<i>Аудитория 235</i>			
4.	LED Телевизор, персональный компьютер	1	Демонстрация материалов лекционных и практических занятий, учебных и научных видеоматериалов, организация дистанционной формы обучения, доступ к образовательным ресурсам
<i>Аудитория 239</i>			
5.	LED Телевизор, персональный компьютер	1	Демонстрация материалов лекционных и практических занятий, учебных и научных видеоматериалов, организация дистанционной формы обучения, доступ к образовательным ресурсам
<i>Аудитория 307</i>			
6.	Видеопроектор, персональный компьютер	1	Демонстрация материалов лекционных и практических занятий, учебных и научных видеоматериалов, организация дистанционной формы обучения, доступ к образовательным ресурсам

Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Граевская Н. Д. Спортивная медицина (электронный ресурс): курс лекций и практические занятия : учебное пособие для вузов. Ч. 1 / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. - 2-е изд., стер. - М. : Советский спорт, 2008. - 304 с. : ил. - 500 экз.. - ISBN 978-5-9718-0290-7
2. Граевская Н. Д. Спортивная медицина (электронный ресурс): курс лекций и практические занятия : учебное пособие для вузов. Ч. 2 / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. - М.: Советский спорт, 2008. - 360 с. : ил. - 1 500 экз.. - ISBN 5-85009-972-7
3. Макарова Г. А. Спортивная медицина (электронный ресурс): учебник для вузов по специальности "Физическая культура и спорт" / Г. А. Макарова. - 3-е изд., стер. - М.: Советский спорт, 2008. - 480 с. : ил. - 500 экз.. - ISBN 978-5-9718-0285-3

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

4. Гаврилова Е. А. Спортивное сердце : стрессовая кардиомиопатия : монография / Е. А. Гаврилова. - М.: Советский спорт, 2007. - 200 с. : ил. - Библиогр.: с. 193 - 196. - 1 500 экз.. - ISBN 978-5-9718-0216-7
5. Детская спортивная медицина : учебное пособие / авт.-сост. Т. Г. Авдеева [и др.] ; ред.: Т. Г. Авдеева, И. И. Бахрах. - 4-е изд., испр. и доп. - Ростов н/Д : Феникс, 2007. - 320 с. - (Медицина для вас). - 3000 экз.. - ISBN 978-5-222-11401-8
6. Дубровский В. И. Спортивная медицина : учебник для вузов / В. И. Дубровский. - 2-е изд., доп. - М. : ВЛАДОС, 2002. - 512 с. : ил. - ISBN 5-691-01006-9
7. Дубровский В. И. Спортивная физиология : учебник для вузов / В. И. Дубровский. - М. : ВЛАДОС, 2005. - 462 с. : ил. - (Учебник для вузов). - ISBN 5-691-01449-8
8. Иммунореабилитация спортсменов / В. Н. Цыган, А. В. Степанов, И. В. Князькин; ред. Ю. В. Лобзин. - СПб. : СпецЛит, 2005. - 63 с. - ISBN 5-299-00296-3
9. Нарушения опорно-двигательного аппарата у детей : диагностика, профилактика и коррекция : учебное пособие / Н. Л. Черная [и др.]. - Ростов н/Д : Феникс, 2007. - 160 с. - (Медицина для вас). - 3 000 экз.. - ISBN 5-222-10023-5
10. Роженцов В. В. Утомление при занятиях физической культурой и спортом : проблемы, методы исследования : монография / В. В. Роженцов, М. М. Полевщиков. - М. : Советский спорт, 2006. - 280 с. - Библиогр.: с. 234 - 279. - 1000 экз.. - ISBN 5-9718-0098-1
11. Шаховец В. В. Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях : учебное пособие / В. В. Шаховец, А. В. Виноградов. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : [б. и.], 2000. - 55 с.

БАЗЫ ДАННЫХ, ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫЕ И ПОИСКОВЫЕ СИСТЕМЫ СВОБОДНОГО ДОСТУПА

1. Российская библиотечная ассоциация
URL: <http://www.rba.ru>
2. Межрегиональная ассоциация деловых библиотек
URL: <http://www.library.ru>
3. Российская государственная библиотека
URL: <http://www.rsl.ru>
4. Библиотека естественных наук РАН
URL: <http://www.benran.ru/>
5. Российская национальная библиотека
URL: <http://www.nlr.ru/>
6. Библиотека Российской Академии Наук

URL: <http://www.rasl.ru/>

7. Центральная городская универсальная библиотека им. Маяковского

URL: <http://www.pl.spb.ru/>

8. Сибирский государственный университет физической культуры и спорта

www.sibsport@maile.ru

9. Алтайская краевая универсальная научная библиотека им. Шишкова

URL: <http://www.akunb.altlib.ru/>