

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования

"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Факультет психологии и педагогики



» 20 г.

подписано электронно-цифровой подписью

Программа дисциплины

Врачебный контроль и самоконтроль в физической культуре Б1.В.ДВ.24

Направление подготовки: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Автор(ы):

Петров Р.Е.

Рецензент(ы):

Разживин О.А.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой: Шарифуллина С. Р.

Протокол заседания кафедры № ____ от " ____ " 201 ____ г

Учебно-методическая комиссия Елабужского института КФУ (Факультет психологии и педагогики):

Протокол заседания УМК № ____ от " ____ " 201 ____ г

Регистрационный № 1014226718

Казань
2018

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) доцент, к.н. Петров Р.Е. кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности факультет психологии и педагогики , REPetrov@kpfu.ru

1. Цели освоения дисциплины

Обеспечение высокого уровня теоретической и практической подготовки будущего педагога в области врачебного контроля и самоконтроля в физической культуре.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел " Б1.В.ДВ.24 Дисциплины (модули)" основной образовательной программы 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 5 курсе, 10 семестр.

Необходимыми при освоении данной дисциплины являются знания, умения, навыки и компетенции приобретенные в результате освоения предшествующих дисциплин: Анатомия, Физиология, Физиология физической культуры, Спортивная медицина, Лечебная физическая культура и массаж, Безопасность и защита человека. Освоение данной дисциплины необходимо для успешной работы в образовательных учреждениях.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ПК-1 (профессиональные компетенции)	готовностью реализовывать образовательные программы по предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов
ск-2	способен использовать ценностный потенциал физической культуры для формирования основ здорового образа жизни, интереса и потребности к регулярным
ск-4	способен оценить физическое и функциональное состояние обучающихся с целью разработки и внедрения индивидуальных программ оздоровления и развития, обеспечивающих полноценную реализацию их двигательных способностей

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

- термины, применяемые в врачебном контроле;
- методы изучения и оценки различных показателей функционального состояния органов и систем с учетом двигательной нагрузки;
- функциональные пробы для всех систем;
- дополнительные средства восстановления;
- организацию системы врачебного контроля при занятиях физической культурой и спортом;
- влияние физических упражнений на органы и системы, морфофункциональные 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 частных травмах и острых патологических состояниях при занятиях спортом;

2. должен уметь:

- оказывать первую помощь при травме и внезапном заболевании;
- проводить и оценивать результаты тестов;
- осуществлять контроль за влиянием двигательной нагрузки на организм в половозрастном аспекте;
- оценивать степень тренированности по данным функциональных проб, давать рекомендации по ее увеличению;

3. должен 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.

4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных(ые) единиц(ы) 108 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины экзамен в 10 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Содержание и организация врачебного контроля	10		2	2	0	Устный опрос
2.	Тема 2. Физическое развитие и здоровье	10		2	2	0	Устный опрос
3.	Тема 3. Характеристика функционального состояния организма спортсмена	10		2	2	0	Устный опрос Реферат

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
4.	Тема 4. Влияние тренировочных нагрузок на функциональное состояние висцеральных систем организма	10		2	2	0	Устный опрос Реферат
5.	Тема 5. Тестирование в ВПК	10		2	2	0	Устный опрос Реферат
6.	Тема 6. Оздоровительное значение массовой физической культуры	10		0	2	0	Устный опрос Реферат
7.	Тема 7. Особенности врачебного контроля за детьми и юношами	10		0	2	0	Устный опрос Реферат
8.	Тема 8. Медицинское обеспечение занятий физической культурой в среднем, пожилом и старческом возрасте	10		0	4	0	Устный опрос Реферат
9.	Тема 9. Врачебный контроль за женщинами в спорте	10		0	4	0	Устный опрос Реферат
10.	Тема 10. Антидопинговый контроль	10		0	4	0	Устный опрос Реферат
.	Тема . Итоговая форма контроля	10		0	0	0	Экзамен
	Итого			10	26	0	

4.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Содержание и организация врачебного контроля

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Предмет Врачебный контроль и самоконтроль в физической культуре, его составные части. Место врачебного контроля в системе подготовки высококвалифицированного тренера и преподавателя. Диспансерное наблюдение как составная часть российского здравоохранения. Основные принципы российского здравоохранения. Роль врачебного контроля в системе физического воспитания и спорта России. Цели и задачи врачебного контроля. Содержание работы врачебно-физкультурных диспансеров и кабинетов врачебного контроля. Новый этап развития врачебного контроля - обеспечение дальнейшего подъема массовости физической культуры и спорта. Организация врачебного контроля в России. Министерство здравоохранения России и система врачебно-физкультурных диспансеров и кабинетов. Диспансерный метод обследования как передовая лечебно-профилактическая форма обследования физкультурников. Спортивно-медицинская служба Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Предмет Врачебный контроль и самоконтроль в физической культуре, его составные части. Место врачебного контроля в системе подготовки высококвалифицированного тренера и преподавателя. Диспансерное наблюдение как составная часть российского здравоохранения. Основные принципы российского здравоохранения. Роль врачебного контроля в системе физического воспитания и спорта России. Цели и задачи врачебного контроля. Содержание работы врачебно-физкультурных диспансеров и кабинетов врачебного контроля. Новый этап развития врачебного контроля - обеспечение дальнейшего подъема массовости физической культуры и спорта. Организация врачебного контроля в России. Министерство здравоохранения России и система врачебно-физкультурных диспансеров и кабинетов. Диспансерный метод обследования как передовая лечебно-профилактическая форма обследования физкультурников. Спортивно-медицинская служба Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму.

Тема 2. Физическое развитие и здоровье

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Факторы, влияющие на физическое развитие человека. Возрастная динамика физического развития человека. Связь между состоянием здоровья и физическим развитием у детей и взрослых. Особенности физического развития и заболеваемость. Влияние занятий различными видами спорта на показатели физического развития спортсменов.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Факторы, влияющие на физическое развитие человека. Возрастная динамика физического развития человека. Связь между состоянием здоровья и физическим развитием у детей и взрослых. Особенности физического развития и заболеваемость. Влияние занятий различными видами спорта на показатели физического развития спортсменов.

Тема 3. Характеристика функционального состояния организма спортсмена

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Содержание и методы врачебного исследования. Анамнез как важнейший метод врачебного исследования (анамнез жизни, спортивный анамнез). Врачебный осмотр. Понятие о пальпации, перкуссии и аускультации. Инструментальные методы исследования.

Функциональные пробы как метод врачебного исследования. Функциональная диагностика в спорте (оценка функционального состояния, функциональной готовности и тренированности).

практическое занятие (2 часа(ов)):

Содержание и методы врачебного исследования. Анамнез как важнейший метод врачебного исследования (анамнез жизни, спортивный анамнез). Врачебный осмотр. Понятие о пальпации, перкуссии и аускультации. Инструментальные методы исследования.

Функциональные пробы как метод врачебного исследования. Функциональная диагностика в спорте (оценка функционального состояния, функциональной готовности и тренированности).

Тема 4. Влияние тренировочных нагрузок на функциональное состояние висцеральных систем организма

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Система транспорта кислорода, ее компоненты и лимитирующие звенья.

Сердечно-сосудистая система - главное лимитирующее звено кардиореспираторной системы. Понятие о спортивном сердце. Структурные особенности спортивного сердца: тоногенная дилатация полостей сердца и гипертрофия миокарда. Методы исследования тоногенной дилатации полостей сердца (теперентгенометрия и эхокардиография). Объем сердца у спортсменов различных специализаций. Динамика изменений объема сердца в возрастном аспекте. Патологическая дилатация спортивного сердца, причины, механизмы и диагностика. Функциональные особенности сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Принцип экономичности работы сердца у спортсменов в условиях покоя и при физических нагрузках. Высокая производительность спортивного сердца. Особенности функционального состояния сердца у юных спортсменов. Нарушения функционального состояния сердца у спортсменов. Выраженные синусовые аритмии, экстрасистолия, нарушения проводимости. Роль ЭКГ в диагностике этих нарушений. Изменения артериального давления у спортсменов. Понятие об артериальной гипертонии и гипотонии. Причины и механизмы развития этих состояний. Особенности функционального состояния сосудов у спортсменов. Причины развития варикозного расширения вен и флебитов у занимающихся физической культурой и спортом. Функциональное состояние аппарата внешнего дыхания у спортсменов и его показатели (ЖЕЛ, форсированная ЖЕЛ, максимальная легочная вентиляция, простейшие функциональные пробы). Некоторые заболевания носоглотки, системы внешнего дыхания у спортсменов (бронхиты, пневмонии, ОРЗ, тонзиллиты, фарингиты, риниты). Носовое дыхание у детей. Функциональное состояние системы пищеварения у спортсменов и его показатели. Нарушения функционального состояния при гастритах и язвенной болезни. Представление о болевом печеночном синдроме. Причины возникновения этого синдрома у спортсменов. Гепатиты. Заболевания зубов и полости рта. Функциональное состояние системы выделения у спортсменов. Представление о гематурии, протеинурии, миоглобинурии. Оценка этой информации в связи с тренировочным процессом. Некоторые нарушения системы крови (анемия) и эндокринной системы (базедова болезнь, диабет). Особенности симпто-адреналовой и гипофизарно-адренокортической систем у спортсменов.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Система транспорта кислорода, ее компоненты и лимитирующие звенья.

Сердечно-сосудистая система - главное лимитирующее звено кардиореспираторной системы. Понятие о спортивном сердце. Структурные особенности спортивного сердца: тоногенная дилатация полостей сердца и гипертрофия миокарда. Методы исследования тоногенной дилатации полостей сердца (теперентгенометрия и эхокардиография). Объем сердца у спортсменов различных специализаций. Динамика изменений объема сердца в возрастном аспекте. Патологическая дилатация спортивного сердца, причины, механизмы и диагностика. Функциональные особенности сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Принцип экономичности работы сердца у спортсменов в условиях покоя и при физических нагрузках. Высокая производительность спортивного сердца. Особенности функционального состояния сердца у юных спортсменов. Нарушения функционального состояния сердца у спортсменов. Выраженные синусовые аритмии, экстрасистолия, нарушения проводимости. Роль ЭКГ в диагностике этих нарушений. Изменения артериального давления у спортсменов. Понятие об артериальной гипертонии и гипотонии. Причины и механизмы развития этих состояний. Особенности функционального состояния сосудов у спортсменов. Причины развития варикозного расширения вен и флебитов у занимающихся физической культурой и спортом. Функциональное состояние аппарата внешнего дыхания у спортсменов и его показатели (ЖЕЛ, форсированная ЖЕЛ, максимальная легочная вентиляция, простейшие функциональные пробы). Некоторые заболевания носоглотки, системы внешнего дыхания у спортсменов (бронхиты, пневмонии, ОРЗ, тонзиллиты, фарингиты, риниты). Носовое дыхание у детей. Функциональное состояние системы пищеварения у спортсменов и его показатели. Нарушения функционального состояния при гастритах и язвенной болезни. Представление о болевом печеночном синдроме. Причины возникновения этого синдрома у спортсменов. Гепатиты. Заболевания зубов и полости рта. Функциональное состояние системы выделения у спортсменов. Представление о гематурии, протеинурии, миоглобинурии. Оценка этой информации в связи с тренировочным процессом. Некоторые нарушения системы крови (анемия) и эндокринной системы (базедова болезнь, диабет). Особенности симпто-адреналовой и гипофизарно-адренокортической систем у спортсменов.

Тема 5. Тестирование в ВПК

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Задачи тестирования в ВПК. Применение медицинских тестов (функциональных проб) в определении функционального состояния систем организма, его функциональной готовности и уровня физической работоспособности спортсмена. Понятие о тренированности.

Тренированность как комплексное врачебное, педагогическое и психологическое понятие, характеризующее способность спортсменов к достижению высоких результатов. Роль спортивной медицины в диагностике тренированности. Функциональная готовность (тренированность) организма как важнейший медицинский показатель состояния тренированности спортсмена. Роль комплексной оценки уровня физического развития, функционального состояния систем организма и результатов тестирования в диагностике тренированности. Требования к валидности медицинских тестов. Классификация проб по характеру воздействия на организм спортсмена: пробы с физической нагрузкой, с изменением положения тела, с натуживанием, гипоксемические и фармакологические пробы. Специфические и неспецифические для данного вида спорта воздействия. Тестирование в естественных условиях тренировки.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Задачи тестирования в ВПК. Применение медицинских тестов (функциональных проб) в определении функционального состояния систем организма, его функциональной готовности и уровня физической работоспособности спортсмена. Понятие о тренированности.

Тренированность как комплексное врачебное, педагогическое и психологическое понятие, характеризующее способность спортсменов к достижению высоких результатов. Роль спортивной медицины в диагностике тренированности. Функциональная готовность (тренированность) организма как важнейший медицинский показатель состояния тренированности спортсмена. Роль комплексной оценки уровня физического развития, функционального состояния систем организма и результатов тестирования в диагностике тренированности. Требования к валидности медицинских тестов. Классификация проб по характеру воздействия на организм спортсмена: пробы с физической нагрузкой, с изменением положения тела, с натуживанием, гипоксемические и фармакологические пробы. Специфические и неспецифические для данного вида спорта воздействия. Тестирование в естественных условиях тренировки.

Тема 6. Оздоровительное значение массовой физической культуры

практическое занятие (2 часа(ов)):

Научно-техническая революция и изменения условий жизни населения в нашей стране.

Дефицит двигательной активности и его влияние на функциональное состояние организма.

Гипокинезия как одна из причин распространения заболеваний сердечно-сосудистой системы. Роль двигательной активности в профилактике сердечно-сосудистой патологии.

Новые организационные формы ведения оздоровительной работы среди населения.

Тема 7. Особенности врачебного контроля за детьми и юношами

практическое занятие (2 часа(ов)):

Возрастные группы и их особенности. Период полового созревания. Акселерация; паспортный и биологический возраст. Медицинское обоснование использования физической культуры и спорта при дошкольном и школьном воспитании. Особенности врачебного контроля за детьми, подростками, юношами и девушками, занимающимися физической культурой и спортом в учебных заведениях, коллективах физической культуры, спортивных секциях и ДЮСШ. Основные медицинские требования к дозированию физических нагрузок при занятиях с детьми и подростками. Врачебная оценка ранней спортивной специализации. Особенности врачебного контроля при сдаче норм комплекса ГТО и при участии в соревнованиях.

Тема 8. Медицинское обеспечение занятий физической культурой в среднем, пожилом и старческом возрасте

практическое занятие (4 часа(ов)):

Краткие данные о биологических особенностях лиц среднего, пожилого и старческого возраста. Понятие о геронтологии и гериатрии. Государственное значение продления активной жизни; роль физической культуры и спорта. Основные теории старения. Допустимость тренировочных и соревновательных нагрузок в среднем и пожилом возрасте. Особенности врачебного контроля за лицами среднего, пожилого и старческого возраста, занимающимися физической культурой и спортом. Допуск к сдаче норм комплекса ГТО.

Тема 9. Врачебный контроль за женщинами в спорте

практическое занятие (4 часа(ов)):

Морфологические и биологические особенности женского организма. Влияние физической культуры и спорта на менструальный цикл, беременность, роды, послеродовый период. Основные медицинские требования к использованию физической культуры и спорта в занятиях с женщинами. Особенности врачебного контроля за женщинами. Контроль над полом. Использование генетической информации для идентификации пола. Процедура контроля над полом.

Тема 10. Антидопинговый контроль

практическое занятие (4 часа(ов)):

Понятие о допингах. Классификация допингов, отличие их от разрешенных фармакологических восстановительных средств, патологическое влияние на организм. Антидопинговый контроль.

4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Содержание и организация врачебного контроля	10		Подготовка к устному опросу	2	Устный опрос
2.	Тема 2. Физическое развитие и здоровье	10		Подготовка к устному опросу	2	Устный опрос
3.	Тема 3. Характеристика функционального состояния организма спортсмена	10		Подготовка к написанию реферата	2	Реферат
				Подготовка к устному опросу	2	Устный опрос
4.	Тема 4. Влияние тренировочных нагрузок на функциональное состояние висцеральных систем организма	10		Подготовка к написанию реферата	2	Реферат
				Подготовка к устному опросу	2	Устный опрос
5.	Тема 5. Тестирование в ВПК	10		Подготовка к написанию реферата	2	Реферат
				Подготовка к устному опросу	2	Устный опрос
6.	Тема 6. Оздоровительное значение массовой физической культуры	10		Подготовка к написанию реферата	2	Реферат
				Подготовка к устному опросу	2	Устный опрос

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
7.	Тема 7. Особенности врачебного контроля за детьми и юношами	10		Подготовка к написанию реферата	2	Реферат
				Подготовка к устному опросу	2	Устный опрос
8.	Тема 8. Медицинское обеспечение занятий физической культурой в среднем, пожилом и старческом возрасте	10		Подготовка к написанию реферата	2	Реферат
				Подготовка к устному опросу	2	Устный опрос
9.	Тема 9. Врачебный контроль за женщинами в спорте	10		Подготовка к написанию реферата	2	Реферат
				Подготовка к устному опросу	2	Устный опрос
10.	Тема 10. Антидопинговый контроль	10		Подготовка к написанию реферата	2	Реферат
				Подготовка к устному опросу	2	Устный опрос
Итого					36	

5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

В процессе изучения дисциплины используются следующие образовательные технологии ранжированные по формам организации образовательного процесса: чтение лекций; проведение практических занятий; организация самостоятельной работы; организация и проведение консультаций; проведение экзамена; мониторинг результатов образовательной деятельности.

Информационные технологии - использование ЭОР при подготовке к занятиям, обучение в электронной образовательной среде с целью расширения доступа к образовательным ресурсам, увеличения контактного взаимодействия с преподавателем, построения объективного контроля и мониторинга знаний студентов. В системе дистанционного обучения: материалы лекций, тексты практических работ, вопросы к экзамену, глоссарий, тренажеры, задания для отработки пропущенных занятий, тесты.

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Тема 1. Содержание и организация врачебного контроля

Устный опрос, примерные вопросы:

Предмет Врачебный контроль и самоконтроль в физической культуре, его составные части. Место врачебного контроля в системе подготовки высоко-квалифицированного тренера и преподавателя. Диспансерное наблюдение как составная часть российского здравоохранения. Основные принципы российского здравоохранения. Роль врачебного контроля в системе физического воспитания и спорта России. Цели и задачи врачебного контроля. Содержание работы врачебно-физкультурных диспансеров и кабинетов врачебного контроля. Новый этап развития врачебного контроля - обеспечение дальнейшего подъема массовости физической культуры и спорта. Организация врачебного контроля в России. Министерство здравоохранения России и система врачебно-физкультурных диспансеров и кабинетов. Диспансерный метод обследования как передовая лечебно-профилактическая форма обследования физкультурников. Спортивно-медицинская служба Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму.

Тема 2. Физическое развитие и здоровье

Устный опрос, примерные вопросы:

Факторы, влияющие на физическое развитие человека. Возрастная динамика физического развития человека. Связь между состоянием здоровья и физическим развитием у детей и взрослых. Особенности физического развития и заболеваемость. Влияние занятий различными видами спорта на показатели физического развития спортсменов.

Тема 3. Характеристика функционального состояния организма спортсмена

Реферат, примерные вопросы:

Реферат - простейшая форма научной работы, представляющая собой сжатое изложение результатов теоретического исследования, в основе которого лежит обзор литературы по выбранной теме. В задачу исследователя входит знакомство с основными источниками информации по выбранной теме, выявление основных подходов к решению проблемы, формулировка и аргументирование собственного мнения относительно неё. В учебную программу реферат включается с целью отработки и контроля навыков студента по работе с научной литературой и формирования научного текста. При оценивании реферата рассматривается степень его соответствия требованиям, которые могут быть разделены на три группы: требования к содержанию, структуре и оформлению.

Устный опрос, примерные вопросы:

Содержание и методы врачебного исследования. Анамнез как важнейший метод врачебного исследования (анамнез жизни, спортивный анамнез). Врачебный осмотр. Понятие о пальпации, перкуссии и аусcultации. Инструментальные методы исследования.

Функциональные пробы как метод врачебного исследования. Функциональная диагностика в спорте (оценка функционального состояния, функциональной готовности и тренированности).

Тема 4. Влияние тренировочных нагрузок на функциональное состояние висцеральных систем организма

Реферат, примерные вопросы:

Реферат - простейшая форма научной работы, представляющая собой сжатое изложение результатов теоретического исследования, в основе которого лежит обзор литературы по выбранной теме. В задачу исследователя входит знакомство с основными источниками информации по выбранной теме, выявление основных подходов к решению проблемы, формулировка и аргументирование собственного мнения относительно неё. В учебную программу реферат включается с целью отработки и контроля навыков студента по работе с научной литературой и формирования научного текста. При оценивании реферата рассматривается степень его соответствия требованиям, которые могут быть разделены на три группы: требования к содержанию, структуре и оформлению.

Устный опрос, примерные вопросы:

Система транспорта кислорода, ее компоненты и лимитирующие звенья. Сердечно-сосудистая система - главное лимитирующее звено кардиореспираторной системы. Понятие о спортивном сердце. Структурные особенности спортивного сердца: тоногенная дилатация полостей сердца и гипертрофия миокарда. Методы исследования тоногенной дилатации полостей сердца (теперентгенометрия и эхокардиография). Объем сердца у спортсменов различных специализаций. Динамика изменений объема сердца в возрастном аспекте. Патологическая дилатация спортивного сердца, причины, механизмы и диагностика. Функциональные особенности сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Принцип экономичности работы сердца у спортсменов в условиях покоя и при физических нагрузках. Высокая производительность спортивного сердца. Особенности функционального состояния сердца у юных спортсменов. Нарушения функционального состояния сердца у спортсменов. Выраженные синусовые аритмии, экстрасистолия, нарушения проводимости. Роль ЭКГ в диагностике этих нарушений. Изменения артериального давления у спортсменов. Понятие об артериальной гипертонии и гипотонии. Причины и механизмы развития этих состояний. Особенности функционального состояния сосудов у спортсменов. Причины развития варикозного расширения вен и флебитов у занимающихся физической культурой и спортом. Функциональное состояние аппарата внешнего дыхания у спортсменов и его показатели (ЖЕЛ, форсированная ЖЕЛ, максимальная легочная вентиляция, простейшие функциональные пробы). Некоторые заболевания носоглотки, системы внешнего дыхания у спортсменов (бронхиты, пневмонии, ОРЗ, тонзиллиты, фарингиты, риниты). Носовое дыхание у детей. Функциональное состояние системы пищеварения у спортсменов и его показатели. Нарушения функционального состояния при гастритах и язвенной болезни. Представление о болевом печеночном синдроме. Причины возникновения этого синдрома у спортсменов. Гепатиты. Заболевания зубов и полости рта. Функциональное состояние системы выделения у спортсменов. Представление о гематурии, протеинурии, миоглобинурии. Оценка этой информации в связи с тренировочным процессом. Некоторые нарушения системы крови (анемия) и эндокринной системы (базедова болезнь, диабет). Особенности симпто-адреналовой и гипофизарно-адренокортической систем у спортсменов.

Тема 5. Тестирование в ВПК

Реферат, примерные вопросы:

Реферат - простейшая форма научной работы, представляющая собой сжатое изложение результатов теоретического исследования, в основе которого лежит обзор литературы по выбранной теме. В задачу исследователя входит знакомство с основными источниками информации по выбранной теме, выявление основных подходов к решению проблемы, формулировка и аргументирование собственного мнения относительно неё. В учебную программу реферат включается с целью отработки и контроля навыков студента по работе с научной литературой и формирования научного текста. При оценивании реферата рассматривается степень его соответствия требованиям, которые могут быть разделены на три группы: требования к содержанию, структуре и оформлению.

Устный опрос, примерные вопросы:

Задачи тестирования в ВПК. Применение медицинских тестов (функциональных проб) в определении функционального состояния систем организма, его функциональной готовности и уровня физической работоспособности спортсмена. Понятие о тренированности. Тренированность как комплексное врачебное, педагогическое и психологическое понятие, характеризующее способность спортсменов к достижению высоких результатов. Роль спортивной медицины в диагностике тренированности. Функциональная готовность (тренированность) организма как важнейший медицинский показатель состояния тренированности спортсмена. Роль комплексной оценки уровня физического развития, функционального состояния систем организма и результатов тестирования в диагностике тренированности. Требования к валидности медицинских тестов. Классификация проб по характеру воздействия на организм спортсмена: пробы с физической нагрузкой, с изменением положения тела, с натуживанием, гипоксемические и фармакологические пробы. Специфические и неспецифические для данного вида спорта воздействия. Тестирование в естественных условиях тренировки.

Тема 6. Оздоровительное значение массовой физической культуры

Реферат, примерные вопросы:

Реферат - простейшая форма научной работы, представляющая собой сжатое изложение результатов теоретического исследования, в основе которого лежит обзор литературы по выбранной теме. В задачу исследователя входит знакомство с основными источниками информации по выбранной теме, выявление основных подходов к решению проблемы, формулировка и аргументирование собственного мнения относительно неё. В учебную программу реферат включается с целью отработки и контроля навыков студента по работе с научной литературой и формирования научного текста. При оценивании реферата рассматривается степень его соответствия требованиям, которые могут быть разделены на три группы: требования к содержанию, структуре и оформлению.

Устный опрос, примерные вопросы:

Научно-техническая революция и изменения условий жизни населения в нашей стране. Дефицит двигательной активности и его влияние на функциональное состояние организма. Гипокинезия как одна из причин распространения заболеваний сердечно-сосудистой системы. Роль двигательной активности в профилактике сердечно-сосудистой патологии. Новые организационные формы ведения оздоровительной работы среди населения.

Тема 7. Особенности врачебного контроля за детьми и юношами

Реферат, примерные вопросы:

Реферат - простейшая форма научной работы, представляющая собой сжатое изложение результатов теоретического исследования, в основе которого лежит обзор литературы по выбранной теме. В задачу исследователя входит знакомство с основными источниками информации по выбранной теме, выявление основных подходов к решению проблемы, формулировка и аргументирование собственного мнения относительно неё. В учебную программу реферат включается с целью отработки и контроля навыков студента по работе с научной литературой и формирования научного текста. При оценивании реферата рассматривается степень его соответствия требованиям, которые могут быть разделены на три группы: требования к содержанию, структуре и оформлению.

Устный опрос, примерные вопросы:

Возрастные группы и их особенности. Период полового созревания. Акселерация; паспортный и биологический возраст. Медицинское обоснование использования физической культуры и спорта при дошкольном и школьном воспитании. Особенности врачебного контроля за детьми, подростками, юношами и девушками, занимающимися физической культурой и спортом в учебных заведениях, коллективах физической культуры, спортивных секциях и ДЮСШ. Основные медицинские требования к дозированию физических нагрузок при занятиях с детьми и подростками. Врачебная оценка ранней спортивной специализации. Особенности врачебного контроля при сдаче норм комплекса ГТО и при участии в соревнованиях.

Тема 8. Медицинское обеспечение занятий физической культурой в среднем, пожилом и старческом возрасте

Реферат, примерные вопросы:

Реферат - простейшая форма научной работы, представляющая собой сжатое изложение результатов теоретического исследования, в основе которого лежит обзор литературы по выбранной теме. В задачу исследователя входит знакомство с основными источниками информации по выбранной теме, выявление основных подходов к решению проблемы, формулировка и аргументирование собственного мнения относительно неё. В учебную программу реферат включается с целью отработки и контроля навыков студента по работе с научной литературой и формирования научного текста. При оценивании реферата рассматривается степень его соответствия требованиям, которые могут быть разделены на три группы: требования к содержанию, структуре и оформлению.

Устный опрос, примерные вопросы:

Краткие данные о биологических особенностях лиц среднего, пожилого и старческого возраста. Понятие о геронтологии и гериатрии. Государственное значение продления активной жизни; роль физической культуры и спорта. Основные теории старения. Допустимость тренировочных и соревновательных нагрузок в среднем и пожилом возрасте. Особенности врачебного контроля за лицами среднего, пожилого и старческого возраста, занимающимися физической культурой и спортом. Допуск к сдаче норм комплекса ГТО.

Тема 9. Врачебный контроль за женщинами в спорте

Реферат, примерные вопросы:

Реферат - простейшая форма научной работы, представляющая собой сжатое изложение результатов теоретического исследования, в основе которого лежит обзор литературы по выбранной теме. В задачу исследователя входит знакомство с основными источниками информации по выбранной теме, выявление основных подходов к решению проблемы, формулировка и аргументирование собственного мнения относительно неё. В учебную программу реферат включается с целью отработки и контроля навыков студента по работе с научной литературой и формирования научного текста. При оценивании реферата рассматривается степень его соответствия требованиям, которые могут быть разделены на три группы: требования к содержанию, структуре и оформлению.

Устный опрос, примерные вопросы:

Морфологические и биологические особенности женского организма. Влияние физической культуры и спорта на менструальный цикл, беременность, роды, послеродовый период. Основные медицинские требования к использованию физической культуры и спорта в занятиях с женщинами. Особенности врачебного контроля за женщинами. Контроль над полом. Использование генетической информации для идентификации пола. Процедура контроля над полом.

Тема 10. Антидопинговый контроль

Реферат, примерные вопросы:

Реферат - простейшая форма научной работы, представляющая собой сжатое изложение результатов теоретического исследования, в основе которого лежит обзор литературы по выбранной теме. В задачу исследователя входит знакомство с основными источниками информации по выбранной теме, выявление основных подходов к решению проблемы, формулировка и аргументирование собственного мнения относительно неё. В учебную программу реферат включается с целью отработки и контроля навыков студента по работе с научной литературой и формирования научного текста. При оценивании реферата рассматривается степень его соответствия требованиям, которые могут быть разделены на три группы: требования к содержанию, структуре и оформлению.

Устный опрос, примерные вопросы:

Понятие о допингах. Классификация допингов, отличие их от разрешенных фармакологических восстановительных средств, патологическое влияние на организм. Антидопинговый контроль.

Итоговая форма контроля

экзамен

Примерные вопросы к экзамену:

1. Цели и задачи, содержание врачебного контроля.
2. Понятие о здоровье и болезни.
3. Роль наследственности в развитии патологии при занятиях ФК и спортом.
4. Понятие о реактивности организма.
5. Механизмы обеспечения гомеостаза.
6. Понятие об иммунитете, влияние физических нагрузок на иммунитет у спортсменов.
7. Факторы, влияющие на физическое развитие, типы конституции.
8. Соматоскопия. Задачи и методика.
9. Антропометрия. Задачи и методика.
10. Особенности физического развития и телосложения у представителей различных видов спорта.
11. Общие принципы тестирования функционального состояния спортсменов.
12. Классификация функциональных проб, используемых в спортивной медицине при ВПН.
13. Тесты с максимальной нагрузкой, правила проведения, практические показания к применению.
14. Тесты с субмаксимальной нагрузкой. PWC170 - методика, оценка результатов.

15. Проба Летунова, методика, виды ответной реакции организма на нагрузку, оценка результатов.
16. Гарвардский степ-тест, методика, оценка результатов.
17. Ортостатическая проба, методика, оценка результатов.
18. Проба Даньини-Ашнера, методика, оценка результатов.
19. Формы организации врачебно-педагогического наблюдения (ВПН) при занятиях физической культурой и спортом.
20. Методы исследования, используемые при ВПН.
21. Врачебный контроль на соревнованиях, задачи, методы.
22. Особенности ВПН за детьми, занимающимися физической культурой и спортом.
23. Понятие об акселерации, причины и виды акселерации.
24. Вопросы спортивной ориентации и отбора при занятиях физической культурой и спортом.
25. Врачебный контроль в массовой физической культуре.
26. Врачебный контроль за девушками и женщинами, занимающимися физической культурой и спортом.
27. Особенности врачебного контроля за людьми среднего и пожилого возраста при занятиях физической культурой и спортом.
28. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом.
29. Оздоровительное значение массовой физической культуры.
30. Процессы утомления, возникающие при физической нагрузке, стадии и виды утомления. Острые патологические состояния, возникающие при занятиях физической культурой и спортом, причины, профилактика, ПМП.
31. Общие принципы использования средств восстановления физической работоспособности при занятиях физической культурой и спортом..
32. Педагогические средства восстановления спортивной работоспособности при занятиях физической культурой и спортом.
33. Психологические средства восстановления спортивной работоспособности при занятиях физической культурой и спортом. Виды, показания к применению.
34. Физические средства восстановления при занятиях физической культурой и спортом.
35. Специализированное питание при занятиях физической культурой и спортом, понятие об эгрогенной диететике у спортсменов.
36. Влияние бани и сауны на восстановительные процессы. Методика применения, показания и противопоказания.
37. Виды спортивного массажа, влияние на восстановление физической работоспособности у спортсменов.
38. Фармакологические средства постнагрузочного восстановления, классификация, показания к применению.
39. Спортивный травматизм, причины, профилактика. ПМП при спортивных травмах ОДА. Травмы ЦНС в спорте. Клиника, профилактика, ПМП.
40. Понятие о перетренированности. Этиопатогенез и профилактика перетренерованности у спортсменов при занятии спортом.
41. Понятие о перенапряжении (миокарда, печени, мышц и т.д.), этиопатогенез, профилактика перенапряжения при занятиях физической культурой и спортом.
42. Понятие о допинге. Классификация допингов. Антидопинговый контроль в спорте.
43. Понятие о психостимуляторах, их влияние на работоспособность спортсмена, побочный эффект при злоупотреблении.
44. Понятие о симпатомиметических аминах, их влияние на работоспособность спортсмена, побочный эффект при злоупотреблении.
45. Понятие об анаболических стероидах, их влияние на работоспособность, побочный эффект при злоупотреблении.

46. Понятие об аналгетиках наркотического ряда, их влияние на работоспособность спортсмена, побочный эффект при злоупотреблении.
47. Понятие о допинговых методах, их влияние на работоспособность спортсмена, побочный эффект при злоупотреблении.
48. Акклиматизация спортсменов при проведении спортсменов в различных климатических условиях (тепловой и солнечный удар, ПМП).
49. Акклиматизация спортсменов при проведении соревнований на различной широте. Причины развития десинхроноза у спортсменов, профилактика.
50. Акклиматизация спортсменов при проведении соревнований на различной высоте. Понятие о горной болезни, профилактика
51. Адаптогены и препараты, влияющие на энергетические процессы. Показания к применению при занятиях физической культурой и спортом.

7.1. Основная литература:

1. Физиология человека: Учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.П. Абаскарова, Н.С. Шуленина. - 2-е изд., доп. и перераб. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 432 с.
<http://znanium.com/bookread2.php?book=429943>
2. Спортивная медицина : учеб. пособие / под ред. В.А. Епифанова - М. : ГЭОТАР Медиа, 2006. - 336 с. - URL:
<http://www.studentlibrary.ru/doc/ISBN5970402893-0022.html?SSr=340133c9c7176bf2fa03577>
3. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : национальное руководство/ Под ред. С.П. Миронова, Б.А. Поляева, Г.А. Макаровой - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2012. - (Серия 'Национальные руководства'). - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970422328.html>

7.2. Дополнительная литература:

1. Кубарко, А.И. Физиология человека [Электронный ресурс] : учеб. пособие. В 2 ч. Ч. 1 / А.И. Кубарко, В.А. Переверзев, А.А. Семенович; под ред. А.И. Кубарко. - Минск : Выш. шк., 2010. - 511 с. <http://znanium.com/bookread2.php?book=506610>
2. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учебное пособие / Миллер Л.Л. - М. : Человек, 2015. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906131478.html>
3. Медицина спорта высших достижений [Электронный ресурс] / Кулиненков О.С. - М. : Спорт, 2016. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990723962.html>

7.3. Интернет-ресурсы:

- Библиотека международной спортивной информации - <http://bmsi.ru/books>
Научная электронная библиотека - <http://elibrary.ru>
Электронная библиотечная система - <http://znanium.com>
Электронная библиотечная система - <https://e.lanbook.com/>
Электронная библиотечная система - <http://www.studentlibrary.ru/>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Врачебный контроль и самоконтроль в физической культуре" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе Издательства "Лань", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС Издательства "Лань" включает в себя электронные версии книг издательства "Лань" и других ведущих издательств учебной литературы, а также электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам. ЭБС Издательства "Лань" обеспечивает доступ к научной, учебной литературе и научным периодическим изданиям по максимальному количеству профильных направлений с соблюдением всех авторских и смежных прав.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен студентам. Электронная библиотечная система "Консультант студента" предоставляет полнотекстовый доступ к современной учебной литературе по основным дисциплинам, изучаемым в медицинских вузах (представлены издания как чисто медицинского профиля, так и по естественным, точным и общественным наукам). ЭБС предоставляет вузу наиболее полные комплекты необходимой литературы в соответствии с требованиями государственных образовательных стандартов с соблюдением авторских и смежных прав.

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audi, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе Издательства "Лань", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС Издательства "Лань" включает в себя электронные версии книг издательства "Лань" и других ведущих издательств учебной литературы, а также электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам. ЭБС Издательства "Лань" обеспечивает доступ к научной, учебной литературе и научным периодическим изданиям по максимальному количеству профильных направлений с соблюдением всех авторских и смежных прав.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен студентам. Электронная библиотечная система "Консультант студента" предоставляет полнотекстовый доступ к современной учебной литературе по основным дисциплинам, изучаемым в медицинских вузах (представлены издания как чисто медицинского профиля, так и по естественным, точным и общественным наукам). ЭБС предоставляет вузу наиболее полные комплекты необходимой литературы в соответствии с требованиями государственных образовательных стандартов с соблюдением авторских и смежных прав.

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audi, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" и профилю подготовки Физическая культура и безопасность жизнедеятельности .

Автор(ы):

Петров Р.Е. _____
"___" 201 ___ г.

Рецензент(ы):

Разживин О.А. _____
"___" 201 ___ г.