



образовательной программе ПССЗ

УТВЕРЖДАЮ
Врио директора
_____ К.А. Васильев
«30 » августа 2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ

Направление подготовки (специальность):

49.02.01 Физическая культура (повышенный уровень)

Профиль (при наличии): педагог по физической культуре и спорту

| | Очная форма* | Заочная форма* |
|---|--|----------------|
| Индекс по учебному плану | <i>ОП.16</i> | |
| Курс | <i>4 курс на базе 9 классов</i> | |
| Семестр | <i>7,8 семестр на базе 11 классов</i> | |
| Общее количество часов: | <i>82 часа</i> | |
| Аудиторные занятия | <i>82 часа</i> | |
| Самостоятельная (внеаудиторная) работа | - | |
| Форма контроля | <i>7 семестр: к/р 8 семестр: д/зачет</i> | |

* – в соответствии с учебным планом

г. Ханты-Мансийск, 2024

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта 49.02.01 Физическая культура (повышенный уровень) по направлению подготовки (профилю направления, специальности) педагог по физической культуре и спорту

Рабочая программа учебной дисциплины разработана:

А.Ю.Беликова (преподаватель)

(должность, статус разработчика).

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на методическом объединении «28» августа 2024г. протокол № 1

Руководитель структурного подразделения _____
К.Е.Подтёпина, начальник отдела СПО

Рабочая программа учебной дисциплины утверждена на заседании педагогического совета: протокол №1 от «29» августа 2024 г., приказ №658-од от «30» августа 2024 г.

Председатель совещательного коллегиального органа по учебной (учебно-методической) работе _____ К.А. Васильев,

(Ф.И.О., должность, статус, подпись).

Врио директора.

СОДЕРЖАНИЕ

| | стр. |
|---|------|
| 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 4 |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 7 |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 12 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 13 |

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности (специальностям) СПО / профессии (профессиям) НПО

49.02.01. «Физическая культура» среднего профессионального образования

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ЦИКЛ

1.3. Цель и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В итоге изучения дисциплины «основы врачебного контроля» обучающиеся должны получить знания об основах врачебного контроля и их месте в обеспечении занятий физической культурой и спортом.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать:**

- организацию системы врачебного контроля и мероприятий медицинского обеспечения занятий физической культурой и спортом;
- понятие «здоровья» и факторы, его определяющие, принципы профилактики заболеваний;
- понятие «болезнь», причины и механизмы формирования;
- методы исследования и оценки физического развития;
- морфофункциональные особенности систем организма спортсмена, влияние физических упражнений на органы и системы;
- общие компенсаторно-приспособительные процессы, закономерно развивающиеся под влиянием физической нагрузки;
- общие причины и условия возникновения патологии при занятиях спортом;
- методы исследования и оценки функционального состояния функций различных систем организма;
- методы исследования и оценки общей физической работоспособности;
- сущность врачебно-педагогических наблюдений, методы проведения и оценки результатов.

уметь:

- оценить функциональное состояние центральной и вегетативной нервной системы

- исследовать функциональное состояние сердечнососудистой и дыхательной систем;
- определять жизненную емкость легких, пульс и артериальное давление;
- проводить и оценивать простейшие функциональные пробы сердечнососудистой системы, определять тип реакции на нагрузку, скорость восстановления и адаптацию;
- проводить исследование и оценивать физическое развитие методами соматоскопии и антропометрии.
- оценивать текущее состояние адаптации к физической нагрузке по данным дневника самоконтроля.

1.4. Перечень формируемых компетенций.

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями

избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

1.5. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка -112 часов:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 72 часа;

самостоятельной работы обучающегося - 40 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем часов |
|---|--------------------|
| Максимальная учебная нагрузка | 82 |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | 82 |
| в том числе: | |
| 1. Теоретические занятия | 42 |
| 2. Практические занятия | 40 |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего) | - |
| Итоговая аттестация в форме контрольной работы и д/зачета. | |

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающегося | Объем часов |
|--|--|-------------|
| 1 | 2 | 3 |
| Тема 1.1. Организация врачебного контроля | Содержание учебного материала | 2 |
| | 1. Понятие о врачебном контроле. | |
| | 2. Цель и задачи врачебного контроля. | |
| | Практическое занятие. | 3 |
| | 1. Основы врачебного контроля | |
| | 2. Основные методы и средства врачебного контроля. | |
| Тема 1.2. Здоровье и болезнь. | 3. Организация врачебного контроля в РФ. | |
| | Содержание учебного материала | 4 |
| | 1. Понятие здоровья и болезни. | |
| | 2. Факторы, определяющие и влияющие на здоровье человека. | |
| | 3. Исход заболеваний. | |
| | Практическое занятие. | 3 |
| | 1. Адаптация и компенсаторно-приспособительные процессы организма. | |
| Тема 1.3. Влияние физических упражнений на основные системы организма. | 2. Общая характеристика патологических состояний организма. | |
| | 3. Общие принципы профилактики заболеваний и здорового образа жизни. | |
| | Содержание учебного материала | 4 |
| | 1. Функциональные особенности работы организма при физической нагрузке. | |
| | 2. Морфофункциональные изменения систем организма в процессе физической нагрузки. | |
| | 3. Понятие тренированности, утомления и восстановления в спорте. | |
| | Практическое занятие | 4 |
| | 1. Классификация физических упражнений. | |
| Тема 1.4. Физическое развитие. | 2. Изменения в работе систем организма при физической нагрузке | |
| | 3. Изменения в работе систем организма при физической нагрузке | |
| | 4. Влияния различных видов спорта на организм. | |
| | Содержание учебного материала | 5 |
| 1. Понятие о физическом развитии. | | |

| | | |
|--|---|----------|
| | 2. Соматоскопия и антропометрия. | |
| | 3. Основные методы и средства антропометрии. | |
| | 4. Методы общей оценки физического развития. | |
| | Практическое занятие | 5 |
| | 1. Проведение соматоскопии. | |
| | 2. Проведение антропометрии. | |
| | 3. Динамометрия. | |
| | 4. Оценка состава тела. | |
| | 5. Оценка физического развития. | |
| Тема 1.5. Методы врачебного контроля нервной системы и анализаторов. | Содержание учебного материала | 5 |
| | 1. Общие признаки нарушения работы нервной системы. | |
| | 2. Исследование рефлексов и чувствительности. | |
| | 3. Методы вестибулярного анализатора. | |
| | 4. Методы оценки зрительного и слухового анализаторов. | |
| | Практическое занятие | 5 |
| | 1. Теппинг- тест. Проба Ромберга и пальце-носовая проба. | |
| | 2. Исследование рефлексов и чувствительности | |
| | 3. Методы оценки координации. | |
| | 4. Методы оценки зрительного и слухового анализаторов. | |
| | 5. Оценка высшей нервной деятельности. | |
| Тема 1.6. Методы врачебного контроля дыхательной системы. | Содержание учебного материала | 5 |
| | 1. Методы оценки функционального состояния дыхательной системы. | |
| | 2. Общие признаки нарушения работы дыхательной системы | |
| | 3. Оценка частоты дыхания и жизненной емкости легких. | |
| | Практическое занятие | 4 |
| | 1. Оценка частоты дыхания и жизненной емкости легких. | |
| | 2. Гипоксические пробы. | |
| | 3. Спирография и спирометрия. | |
| | 4. Основные дыхательные объемы. | |
| | | |
| Тема 1.7. Врачебный контроль сердечно-сосудистой | Содержание учебного материала | 5 |
| | 1. Общие признаки нарушения работы сердечно-сосудистой системы. | |
| | 2. Методы исследования работы сердечно-сосудистой системы. | |

| | | |
|--|--|--------------------------------------|
| системы. | 3. Типы реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку. | |
| | 4. Инструментальные методы исследования сердечно-сосудистой системы. | |
| | Практическое занятие | 4 |
| | 1. Оценка частоты сердечных сокращений и артериального давления. | |
| | 2. Функциональные пробы. | |
| | 3. Оценка частоты сердечных сокращений и артериального давления. | |
| Тема 1.8. Тестирование физической работоспособности. | Содержание учебного материала | 4 |
| | 1. Понятие о физической работоспособности. | |
| | 2. Тестирование физической работоспособности в тренировочном процессе. | |
| | 3. Понятие аэробной и анаэробной работы в спорте. | |
| | 4. Понятие максимального потребления кислорода (МПК). | |
| | Практическое занятие | 4 |
| | 1. Методы тестирования физической работоспособности. | |
| | 2. Тест PWC 170. | |
| | 3. Тестирование работоспособности в различных видах спорта. | |
| | 4. Методы измерения МПК. | |
| Тема 1.9. Система врачебного контроля. Врачебно-педагогические наблюдения. | Содержание учебного материала | 4 |
| | 1. Понятие об углубленных, этапных и текущих медицинских обследованиях спортсменов. | |
| | 2. Врачебно-педагогические наблюдения (ВПН), цель и задачи. | |
| | 3. Методы проведения ВПН в тренировочном процессе. | |
| | Практическое занятие | 4 |
| | 1. Особенности медицинских обследований в разных видах спорта. | |
| | 2. Проведение ВПН в различных видах спорта. | |
| | 3. Проведение ВПН в различных видах спорта. | |
| | 4. Врачебный контроль в разных возрастных группах. | |
| | Тема 1.10. Методы и средства восстановления спортивной работоспособности и | Содержание учебного материала |
| 1. Классификация методов и средств восстановления спортсменов. | | |
| 2. Принципы применения восстановительных мероприятий. | | |
| 3. Понятие о реабилитации спортсменов после перенесенных травм и заболеваний. | | |
| Практическое занятие | | 4 |

| | | |
|------------------------------|---|----------|
| реабилитация спортсменов. | 1.Методы и средства восстановления спортсменов. | |
| | 2. Естественные физические методы восстановления. | |
| | 3. Искусственные, специализированные методы восстановления. | |
| | 4.ЛФК и массаж в спорте. | |
| | Планирование восстановительных мероприятий на этапах спортивной подготовки. | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | 4 |
| | Изучение литературы по теме. | |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы «Основы врачебного контроля» требует наличия учебного кабинета. Оборудование учебного кабинета: столы и стулья для преподавателя и студентов, доска классная, шкаф для хранения наглядных пособий, учебно-методические материалы. Технические средства обучения: компьютер, проектор, экран, мультимедийные средства обучения (компьютерные презентации, фильмы).

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Волокотина Т.В. Основы медицинских знаний. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2012
2. Назарова Е.Н. Основы медицинских знаний. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2012
3. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: Курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – Часть 1. – 304 с.
4. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – Часть 2. – 360 с.
5. Макарова Г. А. Спортивная медицина: учебник. – М.: Советский спорт, 2002. – 480 с.

Дополнительные источники:

4. Спортивная медицина: учеб.пособие для студентов вузов / ред. В.А. Епифанов. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2006. – 335 с.
5. Кулиненко О.С. Подготовка спортсмена: фармакология, физиотерапия, диета / О.С. Кулиненко. – Москва: Совет.спорт, 2009. – 430 с.
6. Еремеев С.И., Еремеева О.В. Лабораторные работы по курсу спортивной медицины. – Ханты-Мансийск, 2007. – 144 с.
7. Агаджанян Н.А. Проблемы адаптации и учение о здоровье / Н.А. Агаджанян, Р.М. Баевский, А.П. Берсенева. – М.: Изд. Российского университета дружбы народов, 2006. – 284 с.
8. Баевский Р.М. Прогнозирование состояния на грани нормы и патологии. – М.: Медицина, 1979. – 298 с.

9. Перхуров А.М. Очерки донозологической функциональной диагностики в спорте / Под науч. ред. проф. Б.А. Поляева. – М.: РАСМИРБИ. – 2006. – 152 с.
10. Шлык Н.И. Сердечный ритм и тип регуляции у детей, подростков и спортсменов: монография / Н.И. Шлык. – Ижевск: Изд-во «Удмуртский университет», 2009. – 255 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований, а также выполнения учащимися индивидуальных заданий по отработке и применению специальных навыков.

4.1. Текущий контроль

В качестве оценочных средств используются: собеседование, тестирование, индивидуальное домашнее задание, реферат.

4.2. Аттестация по дисциплине

Аттестация по дисциплине предполагает зачёт.

Вопросы для подготовки к зачёту

1. Цель и задачи врачебного контроля.
2. Организация врачебного контроля.
3. Основные методы и средства врачебного контроля.
4. Понятие «здоровье». Факторы, определяющие и влияющие на здоровье человека.
5. Адаптация и компенсаторно-приспособительные процессы организма.
6. Понятие «болезнь». Общая характеристика патологических состояний организма. Исход заболеваний.
7. Понятие об этиологии и патогенезе болезней.
8. Общие принципы профилактики заболеваний и здорового образа жизни.
9. Функциональные особенности работы организма при физической нагрузке.
10. Общие морфофункциональные изменения систем организма в процессе регулярной физической нагрузки.

11. Особенности влияния физической нагрузки на организм в зависимости от вида физической культуры и спорта.
12. Понятие о физическом развитии.
13. Соматоскопия и антропометрия.
14. Основные методы и средства антропометрии. Динамометрия, анализ состава тела.
15. Общие признаки нарушения работы нервной системы.
16. Исследование рефлексов, чувствительности и координации движений.
17. Теппинг- тест. Проба Ромберга и пальце-носовая проба.
18. Основные методы оценки зрительного, слухового и вестибулярного анализаторов
19. Методы оценка функционального состояния дыхательной системы.
20. Общие признаки нарушения работы дыхательной системы
21. Оценка частоты дыхания и жизненной емкости легких.
22. Гипоксические пробы Штанге и Генчи.
23. Общие признаки нарушения работы сердечно-сосудистой системы.
24. Измерение и оценка частоты сердечных сокращений и артериального давления.
25. Функциональные пробы. Одномоментная проба Мартинэ-Кушелевского.
26. Определение и оценка типа реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку и времени восстановления.
27. Физическая работоспособность, определение понятия, методы оценки.
28. Тестирование физической работоспособности как метод управления тренировочным процессом
29. Основные современные методы тестирования физической работоспособности.
30. Понятие об углубленных, этапных и текущих медицинских обследованиях спортсменов.
31. Врачебно-педагогические наблюдения (ВПН), цель и задачи.
32. Методы проведения ВПН и основные исследуемые параметры организма в тренировочном процессе.
33. Особенности системы врачебного контроля в разных возрастных группах.
34. Иммунная система и изменения иммунной реактивности у спортсменов в тренировочном процессе.
35. Современное представление о перетренированности. Причины перетренированности, наиболее характерные признаки перетренированности, меры профилактики.

36. Самоконтроль спортсмена. Задачи и содержание самоконтроля, субъективные и объективные показатели самоконтроля.
37. Классификация методов и средств восстановления спортсменов.
38. Общие принципы применения восстановительных мероприятий.
39. Естественные физические методы восстановления.
40. Искусственные, специализированные методы восстановления.
41. Понятие о реабилитации спортсменов после перенесенных травм и заболеваний.