

Автономное профессиональное образовательное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа-Югры  
«ЮГОРСКИЙ КОЛЛЕДЖ-ИНТЕРНАТ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### «ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ»

#### Направление подготовки (специальность):

49.02.01 Физическая культура

Квалификация: педагог по физической культуре и спорту

	Очная форма*	Заочная форма*
Индекс по учебному плану	<i>ОП.17</i>	
Курс	<i>4 курс на базе основного общего образования</i>	
Семестр	<i>7,8 семестр на базе основного общего образования</i>	
Общее количество часов:	<i>82 часа</i>	
Аудиторные занятия	<i>82 часа</i>	
Форма контроля	<i>7 семестр: к/р 8 семестр: дифференцированный зачет</i>	

\* – в соответствии с учебным планом

г. Ханты-Мансийск, 2025

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура

Рабочая программа учебной дисциплины разработана:

А. Ю. Беликова (преподаватель)

*(должность)*

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на методическом объединении «28» августа 2025г. протокол № 1

Руководитель структурного подразделения:

К. Е. Подтёпина, начальник отдела СПО

Рабочая программа учебной дисциплины утверждена на заседании педагогического совета: протокол №1 от «28» августа 2025 г., приказ №19/01-Пр-806 от «28» августа 2025 г.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

	стр.
<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОП.17 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ»</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>7</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>13</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОП.17 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ»

Учебная дисциплина ОП.17 «Основы врачебного контроля» является вариативной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01, ОК 08 ПК.1.1, ПК 3.1 – ПК 3.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценить функциональное состояние центральной и вегетативной нервной системы;</li> <li>- исследовать функциональное состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем;</li> <li>- определять жизненную емкость легких, пульс и артериальное давление;</li> <li>- проводить и оценивать простейшие функциональные пробы</li> </ul> <p>сердечно-сосудистой системы, определять тип реакции на нагрузку, скорость восстановления и адаптацию;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить исследование и оценивать физическое развитие методами соматоскопии и антропометрии.</li> <li>- оценивать текущее состояние адаптации к физической нагрузке по данным дневника самоконтроля.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организацию системы врачебного контроля и мероприятий медицинского обеспечения занятий физической культурой и спортом;</li> <li>- понятие «здоровья» и факторы, его определяющие, принципы профилактики заболеваний;</li> <li>- понятие «болезнь», причины и механизмы формирования;</li> <li>- методы исследования и оценки физического развития;</li> <li>- морфофункциональные особенности систем организма спортсмена, влияние физических упражнений на органы и системы;</li> <li>- общие компенсаторно-приспособительные процессы, закономерно развивающиеся под влиянием физической нагрузки;</li> <li>- общие причины и условия возникновения патологии при занятиях спортом;</li> <li>- методы исследования и оценки функционального состояния функций различных систем организма;</li> <li>- методы исследования и оценки общей физической работоспособности;</li> <li>- сущность врачебно-</li> </ul>

		педагогических наблюдений, методы проведения и оценки результатов.
--	--	--

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	82
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	82
в том числе:	
практические занятия	40
теоретическое обучение	42
Самостоятельная (внеаудиторная) работа	-
Итоговая аттестация: 8 семестр – дифференцированный зачет	

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.17 Основы врачебного контроля

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающегося	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	3
<b>Тема 1.1.</b> Организация врачебного контроля	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>5/3</b>	ОК 01, ОК 08 ПК.1.1, ПК 3.1 – ПК 3.5
	1. Понятие о врачебном контроле.	2	
	2. Цель и задачи врачебного контроля.		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>3</b>	
	<b>Практическое занятие №1.</b> Основы врачебного контроля	1	
	<b>Практическое занятие №2.</b> Основные методы и средства врачебного контроля.	1	
	<b>Практическое занятие №3.</b> Организация врачебного контроля в РФ.	1	
<b>Тема 1.2.</b> Здоровье и болезнь.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>7/3</b>	ОК 01, ОК 08 ПК.1.1, ПК 3.1 – ПК 3.5
	1. Понятие здоровья и болезни.	4	
	2. Факторы, определяющие и влияющие на здоровье человека.		
	3. Исход заболеваний.		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>3</b>	
	<b>Практическое занятие № 4.</b> Адаптация и компенсаторно-приспособительные процессы организма.	1	
	<b>Практическое занятие № 5.</b> Общая характеристика патологических состояний организма.	1	
	<b>Практическое занятие № 6.</b> Общие принципы профилактики заболеваний и здорового образа жизни.	1	
<b>Тема 1.3.</b> Влияние физических упражнений на основные системы организма.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8/4</b>	ОК 01, ОК 08 ПК.1.1, ПК 3.1 – ПК 3.5
	1. Функциональные особенности работы организма при физической нагрузке.	4	
	2. Морфофункциональные изменения систем организма в процессе физической нагрузки.		
	3. Понятие тренированности, утомления и восстановления в спорте.	4	
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>4</b>	

	Практическое занятие № 7. Классификация физических упражнений.	1	
	Практическое занятие № 8. Изменения в работе систем организма при физической нагрузке	1	
	Практическое занятие № 9. Изменения в работе систем организма при физической нагрузке	1	
	Практическое занятие № 10. Влияния различных видов спорта на организм.	1	
Тема 1.4. Физическое развитие.	Содержание учебного материала	10/5	ОК 01, ОК 08 ПК.1.1, ПК 3.1 – ПК 3.5
	1. Понятие о физическом развитии.	5	
	2. Соматоскопия и антропометрия.		
	3. Основные методы и средства антропометрии.		
	4. Методы общей оценки физического развития.		
	В том числе практических занятий	5	
	Практическое занятие № 11. Проведение соматоскопии.	1	
	Практическое занятие № 12. Проведение антропометрии.	1	
	Практическое занятие № 13. Динамометрия.	1	
	Практическое занятие № 14. Оценка состава тела.	1	
	Практическое занятие № 15. Оценка физического развития.	1	
Тема 1.5. Методы врачебного контроля нервной системы и анализаторов.	Содержание учебного материала	10/5	ОК 01, ОК 08 ПК.1.1, ПК 3.1 – ПК 3.5
	1. Общие признаки нарушения работы нервной системы.	5	
	2. Исследование рефлексов и чувствительности.		
	3. Методы вестибулярного анализатора.		
	4. Методы оценки зрительного и слухового анализаторов.		
	В том числе практических занятий	5	
	Практическое занятие № 16. Теппинг- тест. Проба Ромберга и пальце-носовая проба.	1	
	Практическое занятие № 17. Исследование рефлексов и чувствительности	1	
	Практическое занятие № 18. Методы оценки координации.	1	
	Практическое занятие № 19. Методы оценки зрительного и слухового анализаторов.	1	
	Практическое занятие № 20. Оценка высшей нервной деятельности.	1	
Тема 1.6. Методы врачебного контроля дыхательной системы.	Содержание учебного материала	9/4	ОК 01, ОК 08 ПК.1.1, ПК 3.1 – ПК 3.5
	1. Методы оценка функционального состояния дыхательной системы.	5	
	2. Общие признаки нарушения работы дыхательной системы		
	3. Оценка частоты дыхания и жизненной емкости легких.		



	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>4</b>	
	<b>Практическое занятие № 21.</b> Оценка частоты дыхания и жизненной емкости легких.	1	
	<b>Практическое занятие № 22.</b> Гипоксические пробы.	1	
	<b>Практическое занятие № 23.</b> Спирография и спирометрия.	1	
	<b>Практическое занятие № 24.</b> Основные дыхательные объёмы.	1	
<b>Тема 1.7.</b> Врачебный контроль сердечно-сосудистой системы.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>9/4</b>	ОК 01, ОК 08 ПК.1.1, ПК 3.1 – ПК 3.5
	1. Общие признаки нарушения работы сердечно-сосудистой системы.	5	
	2. Методы исследования работы сердечно-сосудистой системы.		
	3. Типы реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку.		
	4. Инструментальные методы исследования сердечно-сосудистой системы.		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>4</b>	
	<b>Практическое занятие № 25.</b> Оценка частоты сердечных сокращений и артериального давления.	1	
	<b>Практическое занятие № 26.</b> Функциональные пробы.	1	
	<b>Практическое занятие № 27.</b> Оценка частоты сердечных сокращений и артериального давления.	1	
	<b>Практическое занятие № 28.</b> Одномоментная проба Мартинэ-Кушелевского.	1	
<b>Тема 1.8.</b> Тестирование физической работоспособности	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8/4</b>	ОК 01, ОК 08 ПК.1.1, ПК 3.1 – ПК 3.5
	1. Понятие о физической работоспособности.	4	
	2. Тестирование физической работоспособности в тренировочном процессе.		
	3. Понятие аэробной и анаэробной работы в спорте.		
	4. Понятие максимального потребления кислорода (МПК).		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>4</b>	
	<b>Практическое занятие № 29.</b> Методы тестирования физической работоспособности.	1	
	<b>Практическое занятие № 30.</b> Тест PWC 170.	1	
	<b>Практическое занятие № 31.</b> Тестирование работоспособности в различных видах спорта.	1	
	<b>Практическое занятие № 32.</b> Методы измерения МПК.	1	
<b>Тема 1.9.</b> Система врачебного контроля. Врачебно-	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8/4</b>	ОК 01, ОК 08 ПК.1.1,
	1. Понятие об углубленных, этапных и текущих медицинских обследованиях спортсменов.	4	
	2. Врачебно-педагогические наблюдения (ВПН), цель и задачи.		

педагогические наблюдения.	3. Методы проведения ВПН в тренировочном процессе.		ПК 3.1 – ПК 3.5
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>4</b>	
	<b>Практическое занятие № 33.</b> Особенности медицинских обследований в разных видах спорта.	1	
	<b>Практическое занятие № 34.</b> Проведение ВПН в различных видах спорта.	1	
	<b>Практическое занятие № 35.</b> Проведение ВПН в различных видах спорта.	1	
	<b>Практическое занятие № 36.</b> Врачебный контроля в разных возрастных группах.	1	
<b>Тема 1.10.</b> Методы и средства восстановления спортивной работоспособности и реабилитация спортсменов.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8/4</b>	ОК 01, ОК 08 ПК.1.1, ПК 3.1 – ПК 3.5
	1. Классификация методов и средств восстановления спортсменов.	4	
	2. Принципы применения восстановительных мероприятий.		
	3. Понятие о реабилитации спортсменов после перенесенных травм и заболеваний.		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>4</b>	
	<b>Практическое занятие № 37.</b> Методы и средства восстановления спортсменов.	1	
	<b>Практическое занятие № 38.</b> Естественные физические методы восстановления.	1	
	<b>Практическое занятие № 39.</b> Искусственные, специализированные методы восстановления.	1	
	<b>Практическое занятие № 40.</b> ЛФК и массаж в спорте.	1	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Реализация программы «ОП.17 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 реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

##### **3.2.1. Основные печатные издания**

1. Волокотина Т.В. Основы медицинских знаний. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2022;
2. Назарова Е.Н. Основы медицинских знаний. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2022;
3. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: Курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2024. – Часть 1. – 304 с.;
4. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2024. – Часть 2. – 360 с.;
5. Макарова Г. А. Спортивная медицина: учебник. – М.: Советский спорт, 2002. – 480 с.

##### **Дополнительные источники**

1. Спортивная медицина: учеб. пособие для студентов вузов / ред. В.А. Епифанов. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2021. – 335 с.;
2. Кулиненко О.С. Подготовка спортсмена: фармакология, физиотерапия, диета / О.С. Кулиненко. – Москва: Совет.спорт, 2020. – 430

с.;

3. Еремеев С.И., Еремеева О.В. Лабораторные работы по курсу спортивной медицины. – Ханты-Мансийск, 2023. – 144 с.;

4. Агаджанян Н.А. Проблемы адаптации и учение о здоровье / Н.А. Агаджанян, Р.М. Баевский, А.П. Берсенева. – М.: Изд. Российского университета дружбы народов, 2021. – 284 с.;

5. Баевский Р.М. Прогнозирование состояния на грани нормы и патологии. – М.: Медицина, 2020. – 298 с.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- организацию системы врачебного контроля и мероприятий медицинского обеспечения занятий физической культурой и спортом;</li> <li>- понятие «здоровья» и факторы, его определяющие, принципы профилактики заболеваний;</li> <li>- понятие «болезнь», причины и механизмы формирования;</li> <li>- методы исследования и оценки физического развития;</li> <li>- морфофункциональные особенности систем организма спортсмена, влияние физических упражнений на органы и системы;</li> <li>- общие компенсаторно-приспособительные процессы, закономерно развивающиеся под влиянием физической нагрузки;</li> <li>- общие причины и условия возникновения патологии при занятиях спортом;</li> <li>- методы исследования и оценки функционального состояния функций различных систем организма;</li> <li>- методы исследования и оценки общей физической работоспособности;</li> <li>- сущность врачебно-педагогических</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- описывает организацию системы врачебного контроля и мероприятий медицинского обеспечения занятий физической культурой и спортом;</li> <li>- объясняет сущность понятия «здоровья» и факторы, его определяющие, принципы профилактики заболеваний;</li> <li>- объясняет сущность понятия «болезнь», причины и механизмы формирования;</li> <li>- перечисляет методы исследования и оценки физического развития;</li> <li>- определяет и перечисляет морфофункциональные особенности систем организма спортсмена, влияние физических упражнений на органы и системы;</li> <li>- описывает общие компенсаторно-приспособительные процессы, закономерно развивающиеся под влиянием физической нагрузки;</li> <li>- перечисляет общие причины и условия возникновения патологии при занятиях спортом;</li> <li>- объясняет сущность методов исследования и оценки функционального состояния функций различных систем организма;</li> <li>- объясняет сущность методов исследования и оценки общей физической работоспособности;</li> <li>- объясняет сущность врачебно-педагогических наблюдений, методы проведения и оценки результатов</li> </ul>	<p>Устный опрос, проверочные работы, тестирование, дифференцированный зачет</p>

наблюдений, методы проведения и оценки результатов. -		
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценить функциональное состояние центральной и вегетативной нервной системы;</li> <li>- исследовать функциональное состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем;</li> <li>- определять жизненную емкость легких, пульс и артериальное давление;</li> <li>- проводить и оценивать простейшие функциональные пробы сердечно-сосудистой системы, определять тип реакции на нагрузку, скорость восстановления и адаптацию;</li> <li>- проводить исследование и оценивать физическое развитие методами соматоскопии и антропометрии.</li> <li>- оценивать текущее состояние адаптации к физической нагрузке по данным дневника самоконтроля.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивает функциональное состояние центральной и вегетативной нервной системы;</li> <li>- исследует функциональное состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем;</li> <li>- определяет жизненную емкость легких, пульс и артериальное давление;</li> <li>- проводит и оценивает простейшие функциональные пробы сердечно-сосудистой системы, определяет тип реакции на нагрузку, скорость восстановления и адаптацию;</li> <li>- проводит исследование и оценивает физическое развитие методами соматоскопии и антропометрии.</li> <li>- оценивает текущее состояние адаптации к физической нагрузке по данным дневника самоконтроля.</li> </ul>	Оценка результатов выполнения практической работы

## **КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА 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.

### **Текущий контроль**

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

Промежуточный контроль – дифференцированный зачет.

### **Вопросы для подготовки к дифференцированному 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.