Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Байханов Исмаил Баутдинович
Должность: Ректор
Дата подписания: 17.06.2022 17:32:00
Уникальный программный ключ:
442c337cd125e1d014f62698c9d813e502697764

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Чеченский государственный педагогический университет»
Кафедра теории и методики преподавания физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Зав. каф. ТМПФК Батукаев А.А.
_____
Протокол № 9 от 28 апреля 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (МОДУЛЯ)

дисциплины

«Спортивная медицина»

Направление подготовки
44.03.01 - ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Профили подготовки
«Физическая культура»

Уровень образования
бакалавр

Форма обучения
Очная/Заочная

Грозный – 2021

1.ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель освоения дисциплины «Спортивная медицина» – формирование готовности студентов к профессиональной деятельности для сохранения и укрепления здоровья людей, занимающихся физической культурой и спортом, профилактики у них патологических состояний и заболеваний, содействие рациональному использованию средств и методов физической культуры и спорта, оптимизации процессов пост нагрузочного восстановления и повышению работоспособности, продлению активного, творческого периода жизни.

Цели и задачи дисциплины «**Спортивная медицина**» заключаются в формировании и обобщении в одной научной парадигме сведений по возрастной анатомии, физиологии, полученных студентами на предыдущих курсах.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «**Спортивная медицина**» к.м.03.04 (Б1.В.01.08) относится к обязательным дисциплинам блока 1 «Дисциплины (модули)» (модуль "Здоровьесберегающий") основной образовательной программы по профилям «Физическая культура».

Для освоения дисциплины «**Спортивная медицина**» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплины «Возрастная физиология», «Физиология», «Морфология» и др.

Изучение дисциплины «Физиология человека» является необходимой основой для прохождения научно-исследовательской и преддипломной практик, для подготовки к государственной итоговой аттестации.

3.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Дисциплина (модуль) направлена на формирование следующих компетенций выпускника:

- УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций
- ОПК-3. Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении
- ПК-1. Способен организовать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области
- ПК-5. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.

Индикаторы достижения компетенций:

Код и наименование компетенции	**Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции**	**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности	**Знать:** - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; **Уметь:** - выполнять и подбирать комплексы

профессиональной деятельности	показателей физического развития и физической подготовленности. УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	упражнений атлетической, ритмической и аэробной гимнастики; - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры **Владеть:** - навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности; - простейшими приемами самомассажа и релаксации;
УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	– УК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих. УК-8.2. Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.	**Знать:** - цель, задачи и структуру службы медицины катастроф; **Уметь:** - использовать все виды аптечек для оказания самопомощи, взаимопомощи и доврачебной помощи; - уметь пользоваться простейшими средствами индивидуальной защиты; **Владеть:** - приемами оказания доврачебной помощи при травмах;
ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями	– ОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов. – ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной	**Знать:** - особенности функционального развития организма; - особенности анатомо-физиологического строения организма; - общие особенности построения процесса обучения в учреждениях общего и дополнительного образования. **Уметь:** - учитывать особенности возрастного и индивидуального развития обучающихся; - выстраивать педагогически оправданные взаимодействия с обучающихся различных социально-демографических групп. **Владеть:** - навыками осуществления образовательно-воспитательного процесса с учетом возрастных и индивидуальных особенностей

федеральных государственных образовательных стандартов.	деятельности обучающихся. – ОПК-3.3. Формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья. – ОПК-3.4. Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления. ОПК-3.5. Осуществляет педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.	обучающихся.
ПК-1. Способен организовать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области	ПК-1.1.Совместно с обучающимися формулирует проблемную тематику учебного проекта; ПК.1.2. Определяет содержание и требования к результатам индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности ПК.1.3. Планирует и осуществляет руководство действиями обучающихся в индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности, в том числе в онлайн среде	**Знает**: - законодательные акты в сфере образования, физической культуры и спорта; - основы возрастной педагогики и психологии; - основы видов спорта, входящих в программу обучения различных категорий населения. - основы педагогики физической культуры; - основы теории и методики физического воспитания; **Умеет**: - использовать в процессе обучения современные виды спорта и оздоровительные технологии; - реализовывать учебные программы в зависимости от возраста и двигательной подготовленности обучающихся. - - разрабатывать учебные программы по предмету физическая культура на основе государственных образовательных стандартов **Владеет**: - навыками разработки и осуществления учебно-воспитательного процесса в системе общего образования по предмету «физическая культура».

ПК-5. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности	ПК-5.1. Владеет санитарно-гигиеническими правилами и нормами организации учебно-воспитательного процесса ПК-5.2. применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе, оказывает первую доврачебную помощь обучающимся ПК-5.3. Применяет меры профилактики детского травматизма.	**Знать:** - современные методики и технологии реализации образовательной деятельности в рамках основной общеобразовательной программы; основные подходы к реализации учебных программ, в том числе системно-деятельностный подход. **Уметь:** - разрабатывать учебные программы по физической культуре и спорту на основе государственных образовательных стандартов; **Владеть:** - навыками разработки и осуществления учебно-воспитательного процесса в системе общего образования по физической культуре и спорту.

4. ОБЬЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Таблица 1

Вид учебной работы	**«Спортивная медицина»**	
	Очная форма	**Заочная форма**
	5 семестр	**5 семестр**
Аудиторные занятия (всего)	**48/1,33**	**8/0,22**
В том числе:		
Лекции	16/0,44	2/0,05
Практические занятия (ПЗ)	16/0,44	2/0,05
Самостоятельная работа (всего)	**56/1,55**	**55/1,66**
В том числе:		
Контрольная работа	20/0,55	9/0,11
Подготовка к зачету (экзамену)		
Вид промежуточной аттестации	экзамен	экзамен
Общая трудоемкость дисциплины Час./Зач. ед.	**108/3**	**72/2**

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Содержание разделов дисциплины

№	**Наименование раздела дисциплины**	**Содержание раздела**
	Раздел 3. Основы общей и специальной патологии у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.	
	Тема 9. Физическая работоспособность спортсменов.	Цели и задачи восстановления спортивной физической работоспособности. Классификация восстановительных средств. Педагогические средства восстановления. Психологические средства восстановления. Медицинские средства восстановления. Общие принципы применения восстановительных средств. Средства общего воздействия. Восстановительные средства локального действия.

	Тема10. Перетренированность и физическое перенапряжение органов и систем организма спортсменов.	Понятие о перетренированности, перенапряжении. Перетренированность: типы, причины, признаки, профилактика. Физическое перенапряжение различных систем органов: причины, признаки, профилактика.
	Тема 11. Характеристика заболеваний различных систем органов у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.	Структура заболеваемости у спортсменов. Заболевания, часто встречающиеся в практике спортивной медицины: нервной, сердечнососудистой, пищеварительной, мочевыделительной, дыхательной системы; опорно-двигательного аппарата: причины, признаки, профилактика.
	Тема 12. Характеристика травм опорно-двигательного аппарата занимающихся физической культурой и спортом.	Понятие о спортивном травматизме. Причины спортивного травматизма. Спортивный травматизм при занятиях физической культурой. Особенности спортивного травматизма в отдельных видах спорта. Травмы при занятиях физической культурой и спортом: признаки, первая помощь. Острые травмы при занятиях физической культурой и спортом.
	Тема 13. Заболевания и патологические состояния у спортсменов при нерациональных занятиях спортом	Общая характеристика заболеваемости среди спортсменов. Наиболее частые причины возникновения заболеваний у спортсменов. Влияние специфики спорта на структуру заболеваемости. Особенности течения заболеваний у спортсменов. Утомление и переутомление. Перетренированность спортсмена. Острые патологические состояния. Понятие о внезапной смерти. Меры неотложной помощи при состояниях, угрожающих жизни спортсмена. Понятие о терминальном состоянии – угасании жизни человека. Общее представление о фазах угасания жизни человека: предагональная, агональная, фазы клинической и биологической смерти. Показания к применению реанимационных мероприятий. Методика проведения непрямого массажа и искусственного дыхания «изо рта в рот» и «изо рта в нос». Признаки эффективного применения реанимационных мероприятий; время прекращения реанимационных мероприятий. Роль тренера (педагога) в профилактике заболеваний, повреждений и патологических состояний у спортсменов.
	Тема 14. Медицинские средства восстановления спортивной работоспособности и реабилитации спортсмена	Общие принципы использования восстановительных средств в спорте. Основные и вспомогательные средства ускорения восстановительных процессов. Медико-биологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности.
	Тема 15. Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях.	Принципы оказания первой помощи. Первая помощь при остановке сердцебиения и дыхания, сердечной недостаточности, гипертоничеком кризе, обмороке.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Самостоятельная работа студента Виды СРС

Количество часов самостоятельной работы равномерно распределяется в течение всего семестра, в соответствии с темами изучаемого курса. В самостоятельную работу студентов входит:

1. Написать эссе «Спортивная медицина в работе тренера/учителя физической культуры.
2. Составить обобщающую таблицу «История развития отечественной спортивной медицины»
3. Оценить собственное физическое развитие методом индексов (весоростовой, Пинье, Эрисмана,Манувриеи др.), проанализировать результаты, оставить рекомендации.
4. Составить обобщающую таблицу «Функциональные пробы: характеристика, классификация».
5. Составить схему «Методы исследования функционального состояния систем организмазанимающихся физической культурой и спортом»
6. Составить план медицинского обеспечения спортивных соревнований.
7. Составить обобщающую таблицу «Классификация средств восстановления спортивнойработоспособности»
8. Сформулировать практические рекомендации сохранения и повышения спорти

Примерный перечень тем рефератов (докладов)

1. Медицинское обеспечение спортивных соревнований (секс-контроль, антидопинговый контроль).
2. Врачебный контроль девочек, девушек и беременных женщин, занимающихся физической культурой и спортом.
3. Влияние спортивных специализаций на состояние здоровья занимающихся.
4. Заболевания центральной и периферической нервной системы у спортсменов.
5. Заболевания сердечно - сосудистой системы у спортсменов.
6. Заболевания органов дыхания у спортсменов.
7. Заболевания органов пищеварения у спортсменов.
8. Характеристика венерологических болезней и кожных заболеваний.
9. Характеристика заболеваний иммунной системы.
10. Врачебный контроль за людьми среднего и пожилого возраста, занимающихся физической культурой и спором.
11. Психологические средства восстановления работоспособности в спорте.

7. ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

7.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости

Текущий контроль: зачет

Примерный перечень вопросов к экзамену

1. Предмет, цели и задачи спортивной медицины.
2. Медицинское обследование занимающихся физической культурой и
3. Медицинское обследование занимающихся спортом.
4. Кабинеты врачебного контроля, задачи, структура, организация.
5. Врачебно-физкультурный диспансер, задачи, структура, организация.
6. Медицинское обеспечение массовых форм физическоцй культуры.

7. Медицинское обеспечение детей и подростков, занимающихся физической культурой.
8.Первичное обследование лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
9. Повторное обследование лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
10. Дополнительное обследование лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
11.Врачебно-спортивная консультация.
12.Учение о физическом развитии.
13. Понятие о генотипе.
14. Понятие фенотипе.
15. Понятие о телосложении.
16. Понятие о конституции.
17. Основные морфофункциональные показатели физического развития.
18. Методы исследования физического развития.
19.Соматоскопия.
20.Антропометрия.
21. Оценка осанки (правильная осанка, типы нарушений осанки сколиозы).
22.Формы стопы.
23.Плоскостопие.
24.Показатели физического развития.
25. Определение веса жировой массы тела (по Матейки).
26.Определение абсолютного количества мышечной ткани (по Матейки).
27.Определение активной массы тела.
28.Оценка результатов исследования физического развития.
29.Метод антропометрических стандартов.
30.Особенности физического развития и телосложения представителей различных видов спорта.
31. Оценка функционального состояния нервной системы.
32. Оценка функционального состояния сенсорной системы.
33. Понятие о тренированности.
34. Оценка функционального состояния нервно-мышечной системы.
35. Формы организации медико-педагогических наблюдений.
36. Оперативные, текущие и этапные обследования.
37.Оперативные обследования.
38.Текущие обследования.
39.Этапные обследования.
40. Самоконтроль в процессе тренировок.
41. Самоконтроль в процессе соревнований.
42.Классификация восстановительных средств.
43.Педагогические средства восстановления.
44. Психологические средства восстановления.
45. Абсолютные противопоказания к занятиям физической культурой.
46. Методы медицинского наблюдения при занятиях физической культурой (субъективные и объективные).
47.Причины заболеваний у спортсменов.
48.Структура заболеваемости у спортсменов.
49.Причины, непосредственно связанные со спортом – нагрузка, нерациональный режим и условия тренировки, быта и питания.
50.Распределение школьников на медицинские группы.

7.2. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

*Представлено в приложении №1 -семестр и форма аттестации -перечень вопросов к экзамену, зачету (при наличии); - перечень компетенций, формируемых в процессе освоения дисциплины (модуля), практики, а также для ОП ВО, реализуемых по ФГОС 3++, индикаторов достижения компетенций; - описание показателей и критериев оценивания компетенций (индикаторов достижения компетенций), описание шкал оценивания; Типовые контрольные задания (типовой экзаменационный билет) или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, в процессе освоения образовательной программы*_____.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Виды литературы	Автор, название литературы, город, издательство, год	Количество часов, обеспеченных указанной литературой	Количество обучающихся	Количество экземпляров в библиотеке университета	Режим доступа ЭБС/ электронный носитель (CD, DVD)	Обеспеченность обучающихся литературой, (5тр./4тр.)х100%))
Основная литература	1.Граевская Н.Д. Спортивная медицина : учебное пособие. Курс лекций и практические занятия / Граевская Н.Д., Долматова Т.И.. — Москва : Издательство «Спорт», Человек, 2018. — 712 с. — ISBN 978-5-906839-52-7. — Текст электронный.				ЭБС IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/77241	100 %
	2.Спортивная медицина : учебник / составитель В. П. Власова. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2019. — 322 с. — Текст электронный.				ЭБС Лань https://e.lanbook.com/book/163498	100 %
	3.Белова Л.В. Спортивная медицина : учебное пособие / Белова Л.В.. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2016. — 149 с. — Текст электронный.				ЭБС IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/66109	100 %
	4. Кадыков, В. А. Первая доврачебная помощь : учебное пособие для вузов / В. А. Кадыков, Е. М. Мохов, А. М. Морозов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 241 с				ЭБС Юрайт URL: https://urait.ru/bcode/448590	

Дополнительная литература	1.Закоркина Н.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Закоркина Н.А.. — Омск : Издательство ОмГПУ, 2019. — 146 с. — ISBN 978-5-8268-2234-0. — Текст электронный.				ЭБС IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/105309	100 %
	2.Красноперова Н.А. Возрастная анатомия и физиология : практикум / Красноперова Н.А.. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2016. — 216 с. — ISBN 978-5-4263-0459-8. — Текст электронный.				ЭБС IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/72485 .	100 %

8.2. Перечень Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. Электронно-библиотечная система IPRbooks (www.iprbookshop.ru)
2. Образовательная платформа «ЮРАЙТ» https://urait.ru/)
3. Электронно-библиотечная система«Лань» (https://e.lanbook.com/)
4. МЭБ (Межвузовская электронная библиотека) НГПУ. (https://icdlib.nspu.ru/)
5. НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU (https://www.elibrary.ru/)
6. СПС «КонсультантПлюс» (http://www.consultant.ru/).
7.

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

9.5Материально-техническое обеспечение дисциплины

Помещения для осуществления образовательного процесса	Перечень основного оборудования (с указанием кол-ва посадочных мест)	Адрес (местоположение)
Аудитории для проведения лекционных занятий		
Лекционная аудитория - ауд. 3-06	Аудиторная доска, (столы ученические, стулья ученические) на 48 посадочных мест, компьютер - 1, проектор -1, интерактивная доска- 1	Уч. корпус №2 г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33
Аудитории для проведения практических занятий, контроля успеваемости		
Компьютерный класс - ауд. 3-06	Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза, технические средства для отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество	Уч. корпус №2 г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33

	посадочных мест - 30.	
Аудитория для практических занятий - ауд.3-06	Технические средства для отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество посадочных мест - 30.	Уч. корпус №2 г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33
Помещения для самостоятельной работы		
Читальный зал библиотеки ЧГПУ	Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза. Количество посадочных мест - 50.	Электронный читальный зал. этаж 2 Библиотечно-компьютерный центр г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33

Автор(ы) рабочей программы дисциплины (модуля):

К.б.н., доцент ТМПФК Ф.С. Омархаджиева

СОГЛАСОВАНО:

Директор библиотеки Т.А. Арсагириева