

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Красноярский государственный педагогический университет
им. В.П. Астафьева»

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

**МОДУЛЬ 3 "КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ"**
Спортивная медицина
рабочая программа дисциплины (модуля)

Квалификация **магистр**
Ж2 Медико-биологических основ физической культуры и безопасности

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану **72** Виды контроля в семестрах:
в том числе: зачеты 4
аудиторные занятия **14**
самостоятельная работа **57,85**
контактная работа во время
промежуточной аттестации (ИКР)
0,15

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	4 (2.2)		Итого	
	9 4/6			
Неделя	уп	рп	уп	рп
Лекции	4	4	4	4
Практические	10	10	10	10
Контактная работа (промежуточная аттестация) зачеты	0,15	0,15	0,15	0,15
Итого ауд.	14	14	14	14
Контактная работа	14,15	14,15	14,15	14,15
Сам. работа	57,85	57,85	57,85	57,85
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

к.м.н., доцент, Казакова Галина Николаевна

Рабочая программа дисциплины

Спортивная медицина

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 944)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки 49.04.01 Физическая культура

направленность (профиль) образовательной программы

Научно-методическое сопровождение спортивной подготовки

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

J2 Медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Протокол от 03.05.2023 г. № 10

Зав. кафедрой, к.м.н., доц. Казакова Галина Николаевна

Председатель НМСС(С) к.п.н., доцент Казакевич Наталья Николаевна

Протокол от 17.05.23 г. № 9

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Формирование систематизированных знаний и навыков по рациональному использованию средств и методов физической культуры и спорта для гармоничного развития человека, сохранения и укрепления здоровья, продления активного творческого долголетия.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП: Б1.ОДП.03

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

2.1.1 Физиология человека

2.1.2 Физиология физкультурно-спортивной деятельности

2.1.3 Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья

2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

2.2.1 Гигиена физкультурно-спортивной деятельности

2.2.2 Профессиональная деятельность тренера

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-6: Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

:

Знать:

Уровень 1 Приоритеты собственной деятельности

Уровень 2 Приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

Уровень 3 Как определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

Уметь:

Уровень 1 Создавать безопасную и психологически комфортную образовательную среду, защищая своё достоинство и интересы.

Уровень 2 Организовывать активность, самостоятельность, инициативность, проявлять свои творческие способности, формируя гражданскую позицию, способность к труду и жизни, формируя безопасный образ жизни.

Уровень 3 Сотрудничать, формируя безопасный образ жизни.

Владеть:

Уровень 1 Элементами диагностики и учета индивидуальных особенностей

Уровень 2 Приемами диагностики и учета индивидуальных особенностей

Уровень 3 Методами диагностики и учета индивидуальных особенностей

ОПК-8: Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний

:

Знать:

Уровень 1 Некоторые способы психологического и педагогического изучения учащихся, психические свойства и состояния личности обучающихся для реализации тренировочного процесса

Уровень 2 Основные способы психологического и педагогического изучения учащихся, психические свойства и состояния личности обучающихся для реализации тренировочного процесса

Уровень 3 Способы психологического и педагогического изучения учащихся. психические свойства и состояния личности обучающихся для реализации тренировочного процесса

Уметь:

Уровень 1 Применяет некоторые психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации

Уровень 2 Применяет основные психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации

Уровень 3 Применяет психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации

Владеть:

Уровень 1 Некоторыми способами отбора и применение форм, методов и технологий взаимодействия и сотрудничества участников учебно-тренировочного процесса

Уровень 2 Основными способами отбора и применение форм, методов и технологий взаимодействия и сотрудничества участников учебно-тренировочного процесса

Уровень 3 Способами отбора и применение форм, методов и технологий взаимодействия и сотрудничества участников

учебно-тренировочного процесса	
ОПК-9: Способен осуществлять методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта	
:	
Знать:	
Уровень 1	Разные способы сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта
Уровень 2	Основные способы сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта
Уровень 3	Наиболее эффективные способы сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта
Уметь:	
Уровень 1	Применять разные способы сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта
Уровень 2	Выделять основные способы сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта
Уровень 3	Реализовывать наиболее эффективные способы сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта
Владеть:	
Уровень 1	Методиками применения разных способов сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта
Уровень 2	Методиками применения основных способов сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта
Уровень 3	Методиками реализации наиболее эффективных способов сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте факт.	Пр. полгот.	Примечание
	Раздел 1. II. Спортивно-медицинское тестирование.							
1.1	Анамнез. Антропометрия. Физикальные методы обследования. Методы исследования сердечно-сосудистой системы. Особенности исследования сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Брадикардия. Гипотония. Интегральная оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Типы реакции сердечно-сосудистой	4	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3			
1.2	Понятие об утомлении. Обоснование системы восстановления в спорте. Педагогические, психологические, фармакологические и физические средства и методы восстановления спортивной работоспособности. /Ср/	4	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Написать и защитить реферат
1.3	Исследование и оценка нервной и нервно-мышечной систем. Функциональные пробы вегетативной нервной системы: кине- и ортостатическая проба. /Ср/	4	6		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Заполните дневника здоровья.
1.4	Самоконтроль спортсмена. Задачам и содержание самоконтроля, субъективные и объективные показатели самоконтроля. /Ср/	4	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3			

1.5	Антидопинговый контроль в спорте, группы допинговых препаратов, процедура проведения антидопингового контроля. 63. Особенности спортивного травматизма. Причины и механизмы спортивных повреждений. /Ср/	4	4		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Написать и защитить реферат.
1.6	Содержание, значение диспансерного метода наблюдения за спортсменами для сохранения и укрепления здоровья, повышения функционального резерва организма; профилактика различных отклонений в деятельности организма. /Ср/	4	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Провести сбор анамнеза с заполнением карты.
1.7	Динамика основных показателей ССС у спортсменов в тренировочном макроцикле. /Пр/	4	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3		2	Провести измерение АД и пульса. Рассчитать параметры оценки ССС у себя.
1.8	Общая характеристика показателей функционального состояния аппарата внешнего дыхания. Динамика показателей внешнего дыхания у спортсменов в тренировочном макроцикле. Общая характеристика причин заболевания органов дыхания у спортсменов. /Пр/	4	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3		2	Провести пробу Штанге и Генчи. Сделать выводы.
1.9	Врачебно-педагогические наблюдения, задачи и содержание. Функциональные тесты используемые при ВПК, методика, оценка результатов. /Пр/	4	4		Л1.1 Л1.2 Л1.3		2	Подготовить и доложить сообщение по теме семинара.
1.10	Физические средства, их влияние на организм спортсмена. Показания к применению физических средств восстановления у спортсменов. /Пр/	4	1		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Оформить в тетрадь, сделать выводы.
1.11	Зачёт /КРЗ/	4	0,15		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Зачёт
1.12	Классификация типов телосложения человека. Телосложение по Черноруцкому. /Ср/	4	4					Подготовить реферат.
1.13	Структура организации спортивного диспансера: требования к оформлению документов, требования к прохождению медосмотров занимающимися ФКиС. /Ср/	4	2					Подготовить реферат.
	Раздел 2. I. Введение в предмет: задачи и организация спортивной медицины.							
2.1	Введение в предмет: задачи и организация спортивной медицины. /Лек/	4	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3			

2.2	Значение врачебно-педагогических наблюдений за занимающимися физической культурой и спортом. Задачи врачебно-педагогических наблюдений. Оценка воздействия физических упражнений по субъективному состоянию, по визуальным признакам утомления Физиологическая кривая урока, тренировки. /Ср/	4	6		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Написать и защитить реферат
2.3	Содержание, значение диспансерного метода наблюдения за спортсменами для сохранения и укрепления здоровья, повышения функционального резерва организма; профилактика различных отклонений в деятельности организма. /Ср/	4	5,85		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Написать и защитить реферат
2.4	Организация и задачи врачебного контроля за физическим воспитанием в школе. Осмотры школьников. Распределение на группы: основную, подготовительную, специальную медицинскую. Выявление детей, нуждающихся в коррекции осанки, в лечебной физкультуре. Врачебно-педагогические наблюдения на уроке физического воспитания. /Ср/	4	6		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Доклад с презентацией.
2.5	Анамнез. Антропометрия. Физикальные методы обследования. Методы исследования сердечно-сосудистой системы. Особенности исследования сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Брадикардия. Гипотония. Интегральная оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Типы реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку. /Ср/	4	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Подготовить и доложить сообщению по теме семинара.
2.6	Исследование функционального состояния системы внешнего дыхания. Интегральное определение функционального состояния кардиореспираторной системы. Функциональные пробы. МПК аэробная производительность у лиц разного пола, возраста, у спортсменов различной специализации и квалификации. /Ср/	4	4		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Подготовить и доложить сообщению по теме семинара.
2.7	Исследование и оценка нервной и нервно-мышечной систем. Функциональные пробы вегетативной нервной системы: кинезостатическая проба. Особенности обследования детей и подростков. /Ср/	4	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Подготовить и доложить сообщению по теме семинара.
2.8	Распределение на группы: основную, подготовительную, специальную медицинскую. Выявление детей, нуждающихся в коррекции осанки, в лечебной физкультуре. /Пр/	4	1		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Подготовить и доложить сообщению по теме семинара.
2.9	Классификация функциональных проб. Общие требования к проведению функциональных проб. /Ср/	4	4					Подготовить реферат.

**5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА)
для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации**

5.1. Контрольные вопросы и задания

Контрольные вопросы и задания для проведения входного и текущего контроля.

1. Цели и задачи спортивной медицины.
2. Значение спортивной медицины в повышении эффективности тренировочного процесса и его оптимизации.
3. Содержание, значение диспансерного метода наблюдения за спортсменами для сохранения и укрепления здоровья, повышения функционального резерва организма; профилактика различных отклонений в деятельности организма.

5.2. Темы письменных работ

Примерная тематика рефератов:

1. Здоровье и физическая работоспособность.
2. Физиология и физические нагрузки.
3. Оценка функционального состояния организма.
4. Нагрузочные тесты.

5.3. Оценочные материалы (оценочные средства)

Контрольные вопросы и задания для проведения промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины:

1. Функциональные особенности ССС у спортсменов.
2. Показатели, характеризующие экономичность деятельности ССС.
3. Показатели высокой производительности ССС у спортсменов.

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

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Адрес
Л1.1	Белова Л. В.	Спортивная медицина: учебное пособие	Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016	https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915
Л1.2	Миллер Л. Л.	Спортивная медицина: учебное пособие	Москва: Человек, 2015	https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461419
Л1.3	Андриянова Е. Ю.	Спортивная медицина: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2022	https://urait.ru/bcode/496351

6.3.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft® Windows® 8.1 Professional (ОЕМ лицензия, контракт № 20А/2015 от 05.10.2015);
2. Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №1В08-190415-050007-883-951;
3. 7-Zip - (Свободная лицензия GPL);
4. Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия);
5. Google Chrome – (Свободная лицензия);
6. Mozilla Firefox – (Свободная лицензия);
7. LibreOffice – (Свободная лицензия GPL);
8. XnView – (Свободная лицензия);
9. Java – (Свободная лицензия);
10. VLC – (Свободная лицензия);

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Elibrary.ru: электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию. Адрес: <http://elibrary.ru> Режим доступа: Свободный доступ;
Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». Адрес: <https://biblioclub.ru> Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
Электронно-библиотечная система издательства «ЛАНЬ». Адрес: e.lanbook.com Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
Образовательная платформа «Юрайт». Адрес: <https://urait.ru> Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
ИС Антиплагиат: система обнаружения заимствований. Адрес: <https://krasspu.antiplagiat.ru> Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
Консультант Плюс /Электронный ресурс/: справочно – правовая система. Адрес: Научная библиотека Режим доступа: Локальная сеть вуза;

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Перечень учебных аудиторий и помещений закрепляется ежегодным приказом «О закреплении аудиторий и помещений в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева на текущий год» с обновлением перечня программного обеспечения и оборудования в соответствии с требованиями ФГОС ВО, в том числе:

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
2. Помещения для самостоятельной работы обучающихся
3. Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования
4. Перечень лабораторий.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания для обучающихся.

Изучение дисциплины проводится в форме лекций, семинарских, лабораторных занятий и самостоятельной работы студентов.

Степень освоения учебной дисциплины отражается рейтинговыми баллами, набранными студентами за различные виды работы и складывается из рейтинга за самостоятельную работу, аудиторную и результатов прохождения контрольных мероприятий.

Для набора необходимого рейтингового балла наряду с самостоятельной работой рекомендуется придерживаться следующих советов:

1. Регулярно посещать аудиторские занятия.
2. Активно работать на семинарских занятиях (участвовать в обсуждении поставленных вопросов на основании ранее полученных знаний), добросовестно выполнять другие виды самостоятельных и творческих работ, предусмотренных рабочей программой дисциплины.
3. Во время прохождения тестирования стремиться к тому, чтобы ответить правильно на все вопросы теста, чем больше правильных ответов вы дадите, тем большее количество рейтинговых баллов получите за тест.
4. Во время сдачи экзамена отвечать на поставленный вопрос билета развернуто, тем самым вы сможете избежать уточняющих вопросов преподавателя и получить наивысший рейтинг.