

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Забайкальский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра Спортивных, медико-биологических дисциплин

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Факультет физической  
культуры и спорта

Геберт Виталий  
Климентьевич

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_  
г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.01.06 Медико-биологическое сопровождение физкультурно-спортивной деятельности  
на 72 часа(ов), 2 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 44.04.01 - Педагогическое образование

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом  
Министерства образования и науки Российской Федерации от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. № \_\_\_\_

Профиль – Образование в области физической культуры и спорта (для набора 2023)  
Форма обучения: Очная

# 1. Организационно-методический раздел

## 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

Познакомить с приемами и сформировать у магистрантов навыки медико-биологического сопровождения физической культуры и спорта с целью обеспечения сохранения и укрепления здоровья, а также повышения уровня спортивного мастерства занимающихся

Задачи изучения дисциплины:

Обеспечение освоения студентами основ фундаментальных знаний медико-биологических методов исследования в физической культуре и спорте целостное осмысление методологических подходов и общих закономерностей данного вида деятельности;

Освоение теоретических знаний, средств и медико-биологических методов исследований у лиц занимающихся физической культурой и спортом овладение практическими навыками и применение их в практической деятельности;

Формирование у магистрантов стремления к самостоятельности и творчеству в процессе обучения, обеспечение освоения ими творческой деятельности, привлечение их к научно-исследовательской работе.

## 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина относится к блоку дисциплин вариативной части, дисциплины обязательного изучения, и логически связана с такими дисциплинами учебного плана как "Мониторинг физического развития и физической подготовленности", "Медико-биологические проблемы адаптации к физическим нагрузкам" и др.). Дисциплина позволит сформировать у магистрантов навыки медико-биологического сопровождения физической культуры и спорта с целью обеспечения сохранения и укрепления здоровья, а также повышения уровня спортивного мастерства занимающихся, ознакомит с основами фундаментальных знаний, медико-биологических методов исследования в физической культуре и спорте

## 1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы), 72 часов.

Виды занятий	Семестр 3	Всего часов
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	20	20
Лекционные (ЛК)	10	10
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	10	10

Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	52	52
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы		Планируемые результаты обучения по дисциплине
Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
ОПК-6	<p>ОПК-6.1 Знает: психолого-педагогические основы учебной деятельности; принципы проектирования и особенности использования психолого-педагогических (в том числе инклюзивных) технологий в профессиональной деятельности с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-6.3 Владеет: умениями учета особенностей развития обучающихся в образовательном процессе умениями отбора и использования психолого-педагогических (в том числе инклюзивных) технологий в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; умениями разработки и реализации индивидуальных образовательных маршрутов, индивидуально-ориентированных</p>	<p>Знать: Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам у различных групп населения (учитывая возрастные особенности и состояние здоровья); Принципы выбора методов и методики выполнения функциональных исследований у физической культурой и спортом; Методические особенности антропометрического обследования; методы оценки физического развития; методы тестирования физической работоспособности и тренированности; Особенности проведения медико-биологических исследований с учетом возрастных, половых отличий, характера дефекта или патологии, занимающихся физической культурой и спортом</p> <p>Уметь: Осуществлять комплексный контроль в процессе занятий физическими упражнениями; Формулировать</p>

	<p>образовательных программ (совместно с другими субъектами образовательных отношений)</p>	<p>задачи, подбирать адекватные средства и методы регулирования физической нагрузки в процессе занятий физической культурой и спортивной деятельностью</p> <p>Владеть: Проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки; Эффективно применять учебное и лабораторное оборудование, аудиовизуальные средства, компьютерную технику, тренажерные устройства и специальную аппаратуру в процессе различных видов занятий;</p> <p>Устанавливать междисциплинарные связи; Самостоятельно получать и расширять научные знания в области физической культуры и спорта, пользоваться различными источниками информации.</p>
<p>ПК-1</p>	<p>ПК-1.1 Знает: основные модели построения процесса обучения физической культуре на ступени среднего общего образования и дополнительного общего образования в области физической культуры и спорта (ФК и С)</p> <p>ПК-1.2 Умеет: отбирать соответствующее содержание, методы и приемы для реализации программ обучения физической культуре на ступени среднего общего образования и программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта, а также для диагностики и оценки результатов освоения обучающимися основных и дополнительных образовательных программ</p>	<p>Знать: Цели и задачи медико-биологических методов исследования физической культуры и спорта; Методические приемы, средства и методы, используемые в практике спортивной медицины; Особенности функционального состояния основных жизнеобеспечивающих систем организма при занятиях спортом.</p> <p>Уметь: Применять на практике средства и методы антропометрического обследования, осуществлять анализ полученных результатов, формулировать выводы; Выполнять простейшие функциональные пробы,</p>

	<p>ПК-1.3 Владеет: адекватными конкретной ситуации действиями по реализации программ обучения физической культуре на ступени среднего общего образования и программ дополнительного образования в области ФК и С, а также по диагностике и оценке результатов освоения обучающимися основных и дополнительных образовательных программ</p>	<p>анализировать полученные результаты, интерпретировать их применительно к задачам физической тренировки.</p> <p>Владеть: Навыками проведения медико-биологического исследования физической культуры и спорта медицины; Использовать знания физической культуре и спорта в медико-биологических методах; Демонстрировать самостоятельность в процессе обучения и самоконтроля для приобретения новых знаний</p>
<p>ПК-2</p>	<p>ПК-2.1 Знает: теоретико-методические, медико-биологические, психологические, технологические основы общего и профессионального образования в области ФКиС</p> <p>ПК-2.2 Умеет: проводить учебные занятия, организовывать самостоятельную работу обучающихся, осуществлять контроль и оценку освоения обучающимися учебных курсов, дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту программ профессионального обучения, основного и дополнительного профессионального образования</p> <p>ПК-2.3 Владеет: методиками и технологиями образовательной, оздоровительной, развивающей и воспитательной деятельности при реализации программ профессионального обучения, основного и дополнительного профессионального образования</p>	<p>Знать: Особенности проведения медицинского контроля на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях за занимающимися физической культурой и спортом; Цель, задачи и организацию допинг-контроля; Виды травматизма, признаки перетренированности и перенапряжения организма, их причины и средства профилактики.</p> <p>Уметь: Осуществлять медико-биологические исследования за лицами разного пола, возраста на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях; Организовывать и проводить научно-исследовательскую работу, обосновывать проблему, цель и задачи работы, подбирать адекватные методы исследования, анализировать результаты, правильно формулировать выводы. Корректировать собственную физкультурно-спортивную деятельность и деятельность занимающихся в зависимости от результатов контроля.</p>

		<p>Владеть: Методами медико-биологических исследований физической культуры в области научных исследований, научной деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>Демонстрировать возможность различных интерпретаций полученных результатов;</p> <p>Быть готовым к руководству исследовательской деятельностью, принятию нестандартных решений профессиональных задач.</p>
--	--	---

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

##### 3.1 Структура дисциплины для очной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			С Р С
					Л К	П З (С З)	Л Р	
1	1.1	Введение в дисциплину. Организация Медико-биологических методов исследования в физической культуре и спорте	Введение в дисциплину. Организация Медико-биологических методов исследования в физической культуре и спорте. Современные функциональные методы исследования, их характеристика и возможности. Роль и значение функциональных методов исследования в практике врачебного контроля. Методы исследования сердечно-сосудистой систем Исследование и оценка физического развития	24	4	4	0	16

			наружный осмотр соматоскопия); антропометрия (соматометрия).						
2	2.1	Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях	Исследование физической работоспособности Функциональные пробы: Генчи, Мартине, PWC 170, Гарвардский степ-тест. Исследование дыхательной системы, внешнее дыхание и оценка функционального состояния на воздействие физической нагрузки Исследование нервной системы; оценка функционального состояния в покое и под воздействием выполнения различных упражнений (координационных). Определение физической работоспособности. Нагрузочное тестирование. Определение МПК, Гарвардский степ тест, PWC 170	24	2	4	0	18	
3	3.1	Заболевания и травматизм, перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика	Травматизм в спорте, статистика, Общее понятие о травме, травматической болезни, травматизм в различных видах спорта. Иммунитет у спортсменов, стрессорные иммунодефициты. Заболеваемость в спорте, факторы риска, меры профилактики. Патология сердечно-	24	4	2	0	18	

			сосудистой системы у спортсменов.					
Итого				72	10	10	0	52

### 3.2. Содержание разделов дисциплины

#### 3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Введение в дисциплину. Организация Медико-биологических методов исследования в физической культуре и спорте. Современные функциональные методы исследования, их характеристика и возможности.	Медико-биологические исследования в физической культуре и спорте. Интеграция образовательных программ – современная тенденция в высшей школе. Врачебный контроль спортсменов. Современные функциональные методы исследования, их характеристика и возможности.	2
	1.1	Роль и значение функциональных методов исследования в практике врачебного контроля. Методы исследования сердечно-сосудистой систем	Медико-биологические исследования в физической культуре и спорте Интеграция образовательных программ – современная тенденция в высшей школе. Врачебный контроль спортсменов и спортсменов-инвалидов. Исследование и оценка физического развития наружный осмотр соматоскопия); Роль и значение функциональных методов исследования в практике врачебного контроля. Методы исследования сердечно-сосудистой систем	2
2	2.1	Медицинский контроль на тренировках, соревнования	Исследование физической работоспособности Функциональные пробы: Генчи, Мартине, PWC 170, Гарвардский степ-тест. Исследование	2



		х, массовых физкультурных мероприятиях	дыхательной системы, внешнее дыхание и оценка функционального состояния на воздействие физической нагрузки Исследование нервной системы; оценка функционального состояния в покое и под воздействием выполнения различных упражнений (координационных). Определение физической работоспособности. Нагрузочное тестирование. Определение МПК, Гарвардский степ тест, PWC 170	
3	3.1	Заболевания и травматизм, перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика	Травматизм в спорте, статистика, Общее понятие о травме, травматической болезни, травматизм в различных видах спорта. Иммуитет у спортсменов, стрессорные иммунодефициты. Заболеваемость в спорте, факторы риска, меры профилактики. Патология сердечно-сосудистой системы у спортсменов.	4

### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Методы исследования сердечно-сосудистой системы	Современные функциональные методы исследования, их характеристика и возможности. Роль и значение функциональных методов исследования в практике врачебного контроля. Методы исследования сердечно-сосудистой системы	4
2	2.1	Исследование физической работоспособности. Функциональные пробы: Генчи, Мартине, PWC 170, Гарвардский степ-тест.	Исследование физической работоспособности Функциональные пробы: Генчи, Мартине, PWC 170, Гарвардский степ-тест. Исследование дыхательной системы, внешнее дыхание и оценка функционального состояния на воздействие физической нагрузки Исследование нервной системы; оценка функционального состояния в покое и под воздействием выполнения	4

			различных упражнений (координационных). Определение физической работоспособности. Нагрузочное тестирование. Определение МПК, Гарвардский степ тест, PWC 170	
3	3.1	Заболевания и травматизм, перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика	Травматизм в спорте, статистика, Общее понятие о травме, травматической болезни, травматизм в различных видах спорта. Иммуитет у спортсменов, стрессорные иммунодефициты. Заболеваемость в спорте, факторы риска, меры профилактики. Патология сердечно-сосудистой системы у спортсменов.	2

### 3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

### 3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Медико- биологические исследования в физической культуре и спорте Интеграция образовательных программ – современная тенденция в высшей школе. Врачебный контроль спортсменов и спортсменов-инвалидов. Исследование и оценка физического развития наружный осмотр соматоскопия); Роль и значение функциональных методов исследования в практике	Подготовка и выступление с сообщениями и докладами.	16

		врачебного контроля. Методы исследования сердечно-сосудистой систем		
2	2.1	<p>Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях.</p> <p>Исследование физической работоспособности</p> <p>Функциональные пробы: Генчи, Мартине, PWC 170, Гарвардский степ-тест. Исследование дыхательной системы, внешнее дыхание и оценка функционального состояния на воздействие физической нагрузки</p> <p>Исследование нервной системы; оценка функционального состояния в покое и под воздействием выполнения различных упражнений (координационных).</p> <p>Определение физической работоспособности.</p> <p>Нагрузочное тестирование.</p> <p>Определение МПК, Гарвардский степ тест, PWC 170</p>	Подготовка и выступление с сообщениями и докладами.	18
3	3.1	<p>Травматизм в спорте, статистика, Общее понятие о травме, травматической болезни, травматизм в различных видах спорта. Иммунитет у спортсменов, стрессорные иммунодефициты.</p> <p>Заболеваемость в спорте, факторы риска, меры профилактики.</p>	Подготовка и выступление с сообщениями и докладами.	18

#### **4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

#### **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

##### **5.1. Основная литература**

###### **5.1.1. Печатные издания**

1. Дубровский, В.И. Спортивная медицина: учеб. для студентов вузов / В. И. Дубровский. - 3-е изд., доп. - Москва: Владос, 2005. - 528 с.: ил. - (Учебник для вузов)
2. Дубровский, В.И. Спортивная медицина: учеб. для студентов вузов / В. И. Дубровский. - Москва: Владос, 1999. - 480 с.: ил. - (Учеб. для вузов).
3. Тестирование в спортивной медицине / В. Л. Карпман, З. Б. Белоцерковский, И. А. Гудков. - Москва : Физкультура и спорт, 1988. - 206 с. : ил. - ISBN 5-278-00004-X : 0-75.

###### **5.1.2. Издания из ЭБС**

1. Рубанович, Виктор Борисович. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой: Учебное пособие / Рубанович Виктор Борисович; Рубанович В.Б. - 3-е изд. - Computer data. - М.: Издательство Юрайт, 2017 Ссылка на ресурс: <https://www.biblio-online.ru/book/F1DF558B-F2A7-4977-BF31-4F3509E330B8>
2. Валеев, Н. М. Восстановление работоспособности спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата" / Н. М. Валеев; Валеев Н.М. - Москва : Физическая культура, 2009. - Рекомендовано Учебно-методическим объединением по образованию в области физической культуры и спорта в качестве учебного пособия для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальностям 032101 – Физическая культура и спорт, 032102 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура). - ISBN 978-5-9746-0109-5.

##### **5.2. Дополнительная литература**

###### **5.2.1. Печатные издания**

1. Краткий справочник врача спортивной команды: Современные схемы фармакологического лечения отдельных заболеваний / Б. А. Поляев, Г. А. Макарова; сост.: Б. А. Поляев, Г. А. Макарова. - Москва: Сов. спорт, 2005. - 335 с
2. Спортивная медицина. Справочник для врача и тренера / пер. с англ. А. Гнетова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Терра-Спорт, 2003. - 240 с

3. Спортивная медицина = Medical Manual. Справочник для врача и тренера / пер. с англ. А. Гнетова. - Москва: ТЕРРА-Спорт, 1999. - 240 с.

4. Детская спортивная медицина: руководство для врачей / под ред. С.Б. Тихвинского, С.В. Хрущева. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва: Медицина, 1991. - 560 с.

### 5.2.2. Издания из ЭБС

1. Стасюк, О.Н. Первая помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях : учеб. пособие / О. Н. Стасюк, Н. Д. Авсеенко, Е. В. Альфонсова. - Чита : ЗабГУ, 2015.

2. Нарушения кислотно-основного состояния у спортсменов [Текст] : моногр. / Е. В. Альфонсова, Е. Г. Фоменко, О. Н. Стасюк. - Чита : ЗабГУ, 2017. - 173 с. - ISBN 978-5-9293-2070-5 : 173-00.

3. Настольная книга учителя физической культуры / сост. Г.И. Погадаев. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Физкультура и спорт, 2000. - 496 с. : ил.

### 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
ЭБС IPRbooks; Договор № 1201/16/223-492а от 29.08.2014г.	<a href="https://iprbooks.ru/">https://iprbooks.ru/</a>
ЭБС IPRbooks; Договор № 1196/15/223П/15-104 от 11.08.2015г.	<a href="https://iprbooks.ru/">https://iprbooks.ru/</a>
ЭБС «Университетская библиотека онлайн»; Договор № 204-11/15/223/16-7 от 04.02.2016г.	<a href="https://biblioclub.ru/">https://biblioclub.ru/</a>
ЭБС «Лань»; Договор № 223/17-28 от 31.03.2017г.	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
ЭБС «Юрайт»; Договор № 223/17-27 от 31.03.2017г.	<a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>
ЭБС «Консультант студента»; Договор № 223/17-12 от 28.02.2017г.	<a href="https://www.studentlibrary.ru/">https://www.studentlibrary.ru/</a>
ЭБС «Троицкий мост»; Договор № 223 П/17-121 от 02.05.2017г.	<a href="http://www.trmost.com/">http://www.trmost.com/</a>
ЭБС «БИБЛИОРОССИКА»; Договор № 53Б/223/15-6 от 26.01.2015г.	<a href="http://www.bibliorossica.com/">http://www.bibliorossica.com/</a>

### 6. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, АБВУУ FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МегаПро".

Программное обеспечение специального назначения:

- 1) Foxit Reader
- 2) Google Chrome
- 3) MOODLE
- 4) Mozilla Firefox

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

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения практических занятий	
Учебные аудитории для промежуточной аттестации	
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

### **8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины**

Лекционные занятия проводятся с использованием мультимедийных презентаций, содержащих слайды теоретического характера (основные понятия и определения, положения, нормативные документы и т.д.) и практического характера, (иллюстрированный материал, видеоролики, видеофильмы и другое, соответствующие тематике лекций). Практические занятия планируются по принципу систематизации и углубления знаний учебного материала по разделам программы в форме обсуждения рефератов, дискуссий, докладов, подготовки отчетов, письменных практических работ, содержащих анализ и синтез различного материала. При самостоятельном рассмотрении теоретических вопросов студентам следует обращаться к содержанию лекционного материала, изучать рекомендованную основную литературу, положения, федеральные законы, нормативно-правовые документы и т.д. Для более углубленного изучения дисциплины студентам рекомендуются изучать представленную дополнительную литературу, просматривать материалы периодических изданий, интернет-сайты, научно-популярные фильмы и т.д.

Разработчик/группа разработчиков:  
Елена Вадимовна Альфонсова

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.