

**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 2021)
Форма обучения: Заочная

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.	12	12
Лекционные (ЛК)	6	6
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	6	6

Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	60	60
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	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 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	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 Уметь: Осуществлять комплексный контроль в процессе занятий физическими упражнениями; Формулировать

	образовательных программ (совместно с другими субъектами образовательных отношений)	задачи, подбирать адекватные средства и методы регулирования физической нагрузки в процессе занятий физической культурой и спортивной деятельностью 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; Устанавливать междисциплинарные связи; Самостоятельно получать и расширять научные знания в области физической культуры и спорта, пользоваться различными источниками информации.
ПК-1	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) 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	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. Уметь: Применять на практике средства и методы антропометрического обследования, осуществлять анализ полученных результатов, формулировать выводы; Выполнять простейшие функциональные пробы,

	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	анализировать полученные результаты, интерпретировать их применительно к задачам физической тренировки. Владеть: Навыками проведения медико-биологического исследования физической культуры и спорта медицины; Использовать знания физической культуры и спорта в медико-биологических методах; Демонстрировать самостоятельность в процессе обучения и самоконтроля для приобретения новых знаний
ПК-2	ПК-2.1 Знает: теоретико-методические, медико-биологические, психологические, технологические основы общего и профессионального образования в области ФКиС 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 ПК-2.3 Владеет: методиками и технологиями образовательной, оздоровительной, развивающей и воспитательной деятельности при реализации программ профессионального обучения, основного и дополнительного профессионального образования	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. 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.

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

3. Содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

3.1 Структура дисциплины для заочной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			СРС
					ЛК	ПЗ (СЗ)	ЛР	
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	2	2	0	20

			наружный осмотр соматоскопия); антропометрия (соматометрия).					
	1.2	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	2	0	20
	1.3	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	2	2	0	20

			сосудистой системы у спортсменов.					
Итого				72	6	6	0	60

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. Роль и значение функциональных методов исследования в практике врачебного контроля. Методы исследования сердечно-сосудистой систем Исследование и оценка физического развития наружный осмотр	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. Роль и значение функциональных методов исследования в практике врачебного контроля. Методы исследования сердечно-сосудистой систем Исследование и оценка физического развития наружный осмотр (соматоскопия); антропометрия (соматометрия).	2

		соматоскопия) ; антропометрия (соматометрия).		
	1.2	Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях	Методы исследования функционального состояния сердечно-сосудистой и 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).	2
	1.3	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-сосудистой системы у спортсменов.	2

3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Организация Медико-биологических методов исследования в физической культуре и спорте. Современные функциональные методы исследования, их характеристик а и	Исследование и оценка физического развития. Понятие о физической работоспособности и методические подходы к ее определению..	2

		возможности		
	1.2	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	2
	1.3	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. Перетренированность, виды, понятие, диагностика, клинические проявления, лечение и профилактика. 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	Введение в дисциплину. Организация Медико-	Подготовка по вопросам семинарского занятия.	20

		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 наружный осмотр соматоскопия); антропометрия (соматометрия).	Написание эссе, рефератов, научных статей, тезисов, методических рекомендаций, подготовка электронных презентаций (по выбору студента).	
	1.2	Адаптационные изменения систем организма к физическим нагрузкам. Физиологические основы спортивной тренировки. Современные представления о механизмах развития утомления. Виды утомления. Признаки утомления: внешние и внутренние. Утомление и работоспособность. Физиологические проявления и стадии развития утомления при физической работе. Наиболее типичные факторы утомления при различных видах спортивных упражнений. Определение и физиологические механизмы развития утомления. Факторы утомления. Определение и физиологическая	Подготовка по вопросам семинарского занятия. Написание эссе, рефератов, научных статей, тезисов, методических рекомендаций, подготовка электронных презентаций (по выбору студента).	20

		сущность утомления Биохимические методы исследования и оценки физической работоспособности		
	1.3	Адаптационные изменения систем организма к физическим нагрузкам. Физиологические основы спортивной тренировки. Заболевания и травматизм, перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика	Подготовка по вопросам семинарского занятия. Написание эссе, рефератов, научных статей, тезисов, методических рекомендаций, подготовка электронных презентаций (по выбору студента).	20

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.	https://iprbooks.ru/
ЭБС IPRbooks; Договор № 1196/15/223П/15-104 от 11.08.2015г.	https://iprbooks.ru/
ЭБС «Университетская библиотека онлайн»; Договор № 204-11/15/223/16-7 от 04.02.2016г.	https://biblioclub.ru/
ЭБС «Лань»; Договор № 223/17-28 от 31.03.2017г.	https://e.lanbook.com/
ЭБС «Юрайт»; Договор № 223/17-27 от 31.03.2017г	https://urait.ru/
ЭБС «Консультант студента»; Договор № 223/17-12 от 28.02.2017г.	https://www.studentlibrary.ru/

ЭБС «Троицкий мост»; Договор № 223 П/17-121 от 02.05.2017г.	http://www.trmost.com/
ЭБС «БИБЛИОРОССИКА»; Договор № 53Б/223/15-6 от 26.01.2015г	http://www.bibliorossica.com/

6. Перечень программного обеспечения

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

Программное обеспечение специального назначения:

- 1) Google Chrome
- 2) MOODLE
- 3) АИБС "МераПро"

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, закрепленной расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения практических занятий	
Учебные аудитории для проведения лабораторных занятий	
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по кафедре

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.