

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой

**Кафедра медико-биологических
основ физической культуры и
оздоровительных технологий
(МБОУФК и ОТ ФФКСТ)**

подпись, инициалы, фамилия

«___» _____ 20__ г.

институт, реализующий ОП ВО

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

**Кафедра медико-биологических
основ физической культуры и
оздоровительных технологий
(МБОУФК и ОТ ФФКСТ)**

наименование кафедры

Михайленко Е.Н.

подпись, инициалы, фамилия

«___» _____ 20__ г.

институт, реализующий дисциплину

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА**

Дисциплина Б1.В.06 Спортивная медицина

Направление подготовки / 49.03.01 Физическая культура
специальность _____

Направленность
(профиль) _____

Форма обучения заочная

Год набора 2018

Красноярск 2021

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по укрупненной группе

490000 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

Направление подготовки /специальность (профиль/специализация)

направление 49.03.01 Физическая культура

Программу
составили

к.м.н, доцент, Вериги Л.И.

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель преподавания дисциплины

Цель: овладение теоретическими знаниями и практическими навыками в области спортивной медицины, необходимыми для медицинского обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом, направленными на сохранение здоровья спортсменов и поддержания соответствующего функционального состояния (спортивного долголетия), повышения физической работоспособности, предупреждения переутомления, травм и заболеваний в процессе тренировок, применение реабилитационных и восстановительных процедур в системе подготовки спортсменов разной квалификации.

1.2 Задачи изучения дисциплины

1) сформировать у студента умения и навыки оказания первой медицинской помощи;

2) научить студента определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста;

3) развить у студента умение использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста;

4) сформировать у студента способность применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей.

1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

ОК-9: способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	
Уровень 1	цели, задачи, предмет спортивной медицины
Уровень 2	методы и приемы самопомощи, взаимопомощи и доврачебной помощи в ЧС природного, техногенного, социального и биолого-социального характера
Уровень 3	методы транспортировки поражённых и больных; знать основы ухода за больным
Уровень 1	применять средства и методы профилактики заболеваний

	спортсменов
Уровень 2	основные средства и методы двигательной рекреационной деятельности
Уровень 3	использовать методы самопомощи, взаимопомощи и доврачебной помощи в ЧС природного, техногенного, социального и биолого-социального характера
Уровень 1	навыками оказания первой помощи
Уровень 2	навыками разработки и контроля исполнения мероприятий по обеспечению безопасности в процессе трудовой деятельности
Уровень 3	методикой СЛР
ОПК-1: способностью определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста	
Уровень 1	содержание, значение диспансерного метода наблюдения за спортсменами для сохранения и укрепления здоровья, повышения функционального резерва организма
Уровень 2	совокупность последовательных морфологических, физиологических и биохимических преобразований, претерпеваемых организмом в процессе индивидуального развития человека
Уровень 3	характер влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста
Уровень 1	применять средства и методы профилактики травматизма спортсменов
Уровень 2	анализировать характер влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста
Уровень 3	организовывать мероприятия ЗОЖ
Уровень 1	навыками здорового образа жизни
Уровень 2	навыками определения характера влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста
Уровень 3	методами диагностики перетренированности
ОПК-5: способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений	
Уровень 1	виды, содержание, задачи и время проведения врачебных обследований спортсменов
Уровень 2	средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений
Уровень 3	основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии
Уровень 1	оказывать приемы первой помощи
Уровень 2	осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности
Уровень 3	проводить функциональные методы исследования восстановления занимающихся
Уровень 1	навыками применения средств и методов двигательной деятельности

	для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей
Уровень 2	навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев
Уровень 3	методами восстановления физической работоспособности спортсменов
ОПК-6: способностью использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста	
Уровень 1	общее представление о наиболее часто встречающихся заболеваниях у спортсменов
Уровень 2	состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.
Уровень 3	составляющие ЗОЖ
Уровень 1	проводить оценку функционального состояния, занимающихся спортом для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей
Уровень 2	применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста
Уровень 1	навыками применения средств и методов двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей
Уровень 2	навыками формирования здорового образа жизни средствами избранного вида спорта;
Уровень 3	построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов
ПК-5: способностью применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей	
Уровень 1	средства и методы профилактики различных отклонений в деятельности организма спортсмена
Уровень 2	средства и методы профилактики травматизма у спортсменов
Уровень 3	психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся.
Уровень 1	оказывать приемы первой помощи
Уровень 2	определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития
Уровень 3	применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей

Уровень 1	навыками здорового образа жизни
Уровень 2	методами оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся
Уровень 3	комплексом средств и методов двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей

1.4 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Спортивная медицина» относится к профессиональному циклу и входит в состав вариативной части ООП.

Предшествующими дисциплинами для данной учебной дисциплины являются: «Анатомия человека», «Физиология человека», «Биохимия человека», «Основы медицинских знаний», «Лечебная физическая культура и массаж».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для изучения дисциплин «Адаптивная физическая культура», «Физкультурно-оздоровительные технологии», а также позволяет сформировать знания, умения и навыки, необходимые при выполнении ВКР.

1.5 Особенности реализации дисциплины

Язык реализации дисциплины Русский.

Дисциплина (модуль) реализуется с применением ЭО и ДОТ

<https://e.sfu-kras.ru/course/view.php?id=10436>

2. Объем дисциплины (модуля)

Вид учебной работы	Всего, зачетных единиц (акад.час)	Семестр
		6
Общая трудоемкость дисциплины	3 (108)	3 (108)
Контактная работа с преподавателем:	0,44 (16)	0,44 (16)
занятия лекционного типа	0,11 (4)	0,11 (4)
занятия семинарского типа		
в том числе: семинары		
практические занятия	0,33 (12)	0,33 (12)
практикумы		
лабораторные работы		
другие виды контактной работы		
в том числе: групповые консультации		
индивидуальные консультации		
иная внеаудиторная контактная работа:		
групповые занятия		
индивидуальные занятия		
Самостоятельная работа обучающихся:	2,31 (83)	2,31 (83)
изучение теоретического курса (ТО)		
расчетно-графические задания, задачи (РГЗ)		
реферат, эссе (Р)		
курсовое проектирование (КП)	Нет	Нет
курсовая работа (КР)	Нет	Нет
Промежуточная аттестация (Экзамен)	0,25 (9)	0,25 (9)

3 Содержание дисциплины (модуля)

3.1 Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

№ п/п	Модули, темы (разделы) дисциплины	Занятия лекционного типа (акад. час)	Занятия семинарского типа		Самостоятельная работа, (акад. час)	Формируемые компетенции
			Семинары и/или Практические занятия (акад. час)	Лабораторные работы и/или Практикумы (акад. час)		
1	2	3	4	5	6	7
1	Введение в курс «Спортивная медицина»	1	0	0	9	ОК-9
2	Морфо-функциональное состояние спортсмена	1	4	0	15	ОК-9 ОПК-1 ОПК-5 ОПК-6 ПК-5
3	Врачебно-педагогические наблюдения и врачебный контроль	1	3	0	16	ОК-9 ОПК-5 ОПК-6
4	Травматизм в спорте	1	2	0	12	ОК-9 ОПК-1 ОПК-5 ОПК-6
5	Заболевания и патологические состояния у спортсменов	0	2	0	16	ОПК-6 ПК-5
6	Медицинские средства восстановления спортивной работоспособности и реабилитации спортсмена	0	1	0	15	ОК-9 ОПК-1 ОПК-5
Всего		4	12	0	83	

3.2 Занятия лекционного типа

№	№ раздела	Наименование занятий	Объем в акад. часах
---	-----------	----------------------	---------------------

п/п	дисциплины		Всего	в том числе, в инновационной форме	в том числе, в электронной форме
1	1	Введение в спортивную медицину	1	0	0
2	2	Физическое развитие и функциональное состояние спортсмена. Тестирование и функциональные пробы у спортсменов	1	0	0
3	3	Врачебно–педагогические наблюдения. Самоконтроль. Врачебный контроль за школьниками и юными спортсменами	1	0	0
4	4	Спортивный травматизм. Заболевания спортсменов. Восстановление и реабилитация спортсмена	1	0	0
Всего			4	0	0

3.3 Занятия семинарского типа

№ п/п	№ раздела дисциплины	Наименование занятий	Объем в акад. часах		
			Всего	в том числе, в инновационной форме	в том числе, в электронной форме

1	2	Методы антропометрических и физиометрических измерений. Оценка физического развития методами стандартов, индексов, корреляции, центилей. Оценка собственного функционального состояния. Проведение функциональных проб. Методы врачебного обследования спортсменов. Анамнез: общий, медицинский, спортивный.	4	0	0
2	3	Оценка условий и методики проведения занятия и переносимости нагрузки.	2	0	0
3	3	Определение специальной тренированности (работоспособности). Проведение самоконтроля	1	0	0
4	4	Первая помощь при повреждениях кожных покровов. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Реанимационные мероприятия	2	0	0
5	5	Иммунная реактивность спортсменов. Острые патологические состояния. Перетренированность. Переутомление.	2	0	0
6	6	Спец. питание, витаминизация. Физические средства восстановления.	1	0	0
Итого			12	0	0

3.4 Лабораторные занятия

№	№	Наименование занятий	Объем в акад. часах
---	---	----------------------	---------------------

п/п	раздела дисциплины		Всего	в том числе, в инновационной форме	в том числе, в электронной форме
Всего					

4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Вострикова Н. А., Выshedко А.М., Александрова Л. И., Иванова Ю.В., Мешалкин О.Г.	Спортивная медицина: электрон. учеб.-метод. комплекс дисциплины	Красноярск: СФУ, 2008

5 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Оценочные средства находятся в приложении к рабочим программам дисциплин.

6 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

6.1. Основная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Чинкин А.С., Назаренко А.С.	Физиология спорта: Допущено Учебно-методическим объединением высших учебных заведений Российской Федерации по образованию в области физической культуры в качестве учебного пособия для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению - 49.03.01. - "Физическая культура"	Москва: Спорт, 2016
6.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год

Л2.1	Граевская Н. Д., Долматова Т. И.	Спортивная медицина: Ч. 1: курс лекций и практические занятия : учебное пособие для вузов по направлению 521900- Физическая культура и специальности 022300- Физическая культура и спорт : допущено Гос. комитетом РФ по физической культуре и спорту	Москва: Советский спорт, 2004
6.3. Методические разработки			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1	Вострикова Н. А., Вышедко А.М., Александрова Л. И., Иванова Ю.В., Мешалкин О.Г.	Спортивная медицина: электрон. учеб.-метод. комплекс дисциплины	Красноярск: СФУ, 2008

7 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Э1	Электронный курс	https://e.sfu-kras.ru/course/view.php?id=10436
Э2	Сайт Спортивная медицина с разделами	http://www.sportmedicine.ru/
Э3	Портал Спортивная медицина	http://sportmedi.ru/

8 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

В ходе изучения дисциплины на самостоятельную работу студентов отводится 0,7 зачетные единицы (24 акад. часов). Это время распределяется между следующими видами работы: подготовка к лабораторным занятиям (12 ч.) и экзамену (12 ч.).

Подготовка к лабораторным занятиям

Студенты готовят материал по вопросам, предложенным преподавателем. При подготовке к занятию используются материалы лекции, основная и дополнительная литература. При использовании ресурсов сети Интернет обязательна ссылка на использованный ресурс и дату обращения. Недопустимо использование невалидных ресурсов (свободные энциклопедии, личные сайты и т.д.). Ответы на вопросы семинара оцениваются по пятибальной шкале.

Оценка «отлично» ставится, если ответ студента осмысленный, полный по содержанию, не требующий дополнений и уточнений, отличается последовательностью, логикой изложения, умением

студента подтверждать основные теоретические знания практическими примерами. Студент демонстрирует умение хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и правильно отвечает на дополнительные вопросы.

Оценка «хорошо» ставится, если ответ студента содержательный, полный, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. В остальном ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если содержание материала раскрыто недостаточно глубоко, ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен, логичен, аргументирован, не всегда содержит обобщения и выводы. Дополнительные вопросы преподавателя могут вызывать затруднения, однако, студент понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если студент не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

Если на предыдущем занятии проводилась практическая работа, то после ответа на вопросы семинара, необходимо защитить ее, предоставив результаты выполнения работы преподавателю и продемонстрировав знание данного материала.

Подготовка к экзамену

При подготовке к зачету студенты используют вопросы к экзамену, изложенные в пункте 5 данной рабочей программы. Для подготовки используются материалы лекций, основная и дополнительная литература, интернет-ресурсы. Студенты могут использовать учебную литературу, не указанную в п. 5 рабочей программы, если она предназначена для направления «Физическая культура».

9 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) (при необходимости)

9.1 Перечень необходимого программного обеспечения

9.1.1	WinRAR Standard License – для юридических лиц
9.1.2	Office Professional Plus 2007 Russian OLP NL AE

9.1.3	Windows Vista Starter 32-bit Russian 1pk DSP OEI DVD-2
9.1.4	Adobe Acrobat 8.0 Standard Russian Version Win Full Educ

9.2 Перечень необходимых информационных справочных систем

9.2.1	Библиотека СФУ [Электронный ресурс]: – Режим доступа: http://bik.sfu-kras.ru
-------	---

10 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

1. Оборудование для демонстрации презентаций на лекциях-визуализациях в формате .ppt, .pptx: мультимедиапроектор, ноутбук, экран или интерактивная доска.
2. Оборудование для проведения практических занятий: набор инструментов для проведения антропометрии (весы медицинские, ростомер, сантиметровые ленты) и физиометрии (динамометр, спирометр, тонометр, секундомер).