

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ДВ.04.02 Спортивная медицина

наименование дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом

Направление подготовки / специальность

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Направленность (профиль)

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Форма обучения

очная

Год набора

2020

Красноярск 2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Программу составили _____

к.м.н., Доцент, Вериге Л.И.

должность, инициалы, фамилия

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

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Запланированные результаты обучения по дисциплине
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
УК-7.1: Применяет теоретические знания и практические умения для поддержания должного уровня физической подготовленности в профессиональной деятельности	понятие "физическая подготовленность" методы определения физической подготовленности методы поддержания должного уровня физической подготовленности составить план-график тренировочного процесса навыками составления плана тренировок совместно с тренером методами проведения врачебно-педагогического контроля

УК-7.2: Выбирает спортивные и здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с	составляющие ЗОЖ здоровьесберегающие технологии морфофизиологические особенности разъяснять факторы , влияющие на здоровье
учетом физиологических особенностей организма	расчитывать оптимальные физические нагрузки навыками организации правильного питания, режима дня здоровьесберегающими технологиями в повседневной жизни
УК-7.3: Использует разнообразные средства и методы физической культуры и спорта для поддержания должного уровня физической подготовленности в профессиональной деятельности.	понятие "физическая подготовленность" методы определения физической подготовленности в профессиональной деятельности методы поддержания уровня физической подготовленности в профессиональной деятельности индивидуума применять средства и методы физической культуры для поддержания физической подготовленности в профессиональной деятельности методами определения физического развития методиками проведения функциональных проб для определения уровня физической подготовленности

1.4 Особенности реализации дисциплины

Язык реализации дисциплины: Русский.

Дисциплина (модуль) реализуется с применением ЭО и ДОТ

URL-адрес и название электронного обучающего курса: <https://e.sfu-kras.ru/course/view.php?id=11184>.

2. Объем дисциплины (модуля)

Вид учебной работы	Всего, зачетных единиц (акад. час)	е
		1
Контактная работа с преподавателем:	1,5 (54)	
занятия лекционного типа	0,5 (18)	
практические занятия	1 (36)	
Самостоятельная работа обучающихся:	1,5 (54)	
курсовое проектирование (КП)	Нет	
курсовая работа (КР)	Нет	

3 Содержание дисциплины (модуля)

3.1 Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

№ п/п	Модули, темы (разделы) дисциплины	Контактная работа, ак. час.							
		Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа				Самостоятельная работа, ак. час.	
				Семинары и/или Практические занятия		Лабораторные работы и/или Практикумы			
		Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС
1. Введение в курс «Спортивная медицина»									
	1. Введение в спортивную медицину	1							
	2. Методы врачебного обследования спортсменов. Анамнез: общий, медицинский, спортивный.			3					
	3. Работа в электронном курсе							4	
2. Морфо-функциональное состояние организма человека									
	1. Физическое развитие и функциональное состояние спортсмена.	1							
	2. Тестирование и функциональные пробы у спортсменов	4							
	3. Методы антропометрических и физиометрических измерений.			3					

4. Оценка физического развития методами стандартов, индексов, корреляции, центилей. Оценка собственного функционального состояния			4					
5. Проведение функциональных проб. Оценка условий и методики проведения занятия и переносимости нагрузки.			6					
6. Работа в электронном курсе							30	
3. Врачебно-педагогические наблюдения и врачебный контроль								
1. Врачебно–педагогические наблюдения. Самоконтроль.	1							
2. Врачебный контроль за школьниками и юными спортсменами	1							
3. Определение специальной тренированности (работоспособности). Проведение самоконтроля			4					
4. Работа в электронном курсе							6	
4. Травматизм в спорте								
1. Спортивный травматизм	4							
2. Первая помощь при повреждениях кожных покровов. Первая помощь при травмах опорно–двигательного аппарата. Реанимационные мероприятия			6					
3. Работа в электронном курсе							6	
5. Заболевания и патологические состояния у спортсменов								
1. Заболевания спортсменов	2							
2. Иммунная реактивность спортсменов. Острые патологические состояния			4					
3. Работа в электронном курсе							4	
6. Медицинские средства восстановления спортивной работоспособности и реабилитации								

1. Восстановление и реабилитация спортсмена	4							
2. Перетренированность. Переутомление. Спец. питание, витаминизация. Физические средства восстановления			6					
3. Работа в электронном курсе							4	
Всего	18		36				54	

4 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

4.1 Печатные и электронные издания:

1. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для вузов по специальности "Физическая культура"(Москва: Academia (Академия)).
2. Дубровский В. И. Спортивная медицина: учебник для студентов вузов (Москва: Владос).
3. Дубровский В. И. Спортивная медицина: учебник(Москва: Владос).
4. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учебник для вузов(Москва: Владос).
5. Гайворонский И.В., Ничипорук Г.И., Гайворонский А.И. Анатомия человека: учебное пособие(Москва: ГЭОТАР-Медиа).
6. 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).
7. Спортивная медицина. Справочник для врача и тренера(Москва: Спорт-Человек).
8. Вострикова Н. А., Вышедко А.М., Александрова Л. И., Иванова Ю.В., Мешалкин О.Г. Спортивная медицина: электрон. учеб.-метод. комплекс дисциплины(Красноярск: СФУ).
9. Вериго Л.И. Спортивная медицина: [учеб-метод. материалы к изучению дисциплины для ...49.03.01.01 Основы спортивной подготовки, 49.03.01.02 Менеджмент в физической культуре и спорте](Красноярск: СФУ).
10. Вериго Л.И. Спортивная медицина: [учеб-метод. материалы к изучению дисциплины для ...49.03.03 - Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм](Красноярск: СФУ).
11. Вериго Л.И. Спортивная медицина: [учеб-метод. материалы к изучению дисциплины для ...49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм](Красноярск: СФУ).

4.2 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства (программное обеспечение, на которое университет имеет лицензию, а также свободно распространяемое программное обеспечение):

1. Office Professional Plus 2007 Russian OLP NL AE
2. Windows Vista Starter 32-bit Russian 1pk DSP OEI DVD-2
3. Adobe Acrobat 8.0 Standard Russian Version Win Full Educ

4.3 Интернет-ресурсы, включая профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

5 Фонд оценочных средств

Оценочные средства находятся в приложении к рабочим программам дисциплин.

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

Оборудование для демонстрации презентаций на лекциях-визуализациях: плазменный экран, проектор, компьютер, беспроводной микрофон, презентёр (беспроводной пульт управления презентациями, проекционный экран).

Оборудование для проведения практических занятий: набор инструментов для проведения антропометрии (весы медицинские, сантиметровые ленты) и физиометрии (динамометр, спирометр, тонометр).

Медицинские тренажеры. Спирометр.Фонендоскоп.