

Министерство просвещения Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
Высшего образования  
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»  
Колледж электроэнергетики и машиностроения

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Составитель Преподаватель высшей  
квалификационной категории

А.Н. Долгих

Екатеринбург  
2021

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ.**

## **1.1 Область применения программы**

Программа является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности СПО 49.02.01 «Физическая культура».

Применение данной программы направлено на формирование элементов основных видов профессиональной деятельности (ВПД) в части освоения соответствующих общих (ОК) и профессиональных компетенций (ПК):

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-

спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** входит в состав общепрофессиональных дисциплин профессионального учебного цикла. Предшествующими дисциплинами являются «Анатомия», «Физиология с основами биохимии», «Гигиенические основы физической культуры

**1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

В результате освоения дисциплины ОП.04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ обучающийся должен уметь:

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;
- проводить простейшие функциональные пробы;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности;

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

### 2.1. Объём учебной дисциплины и виды учебной работы.

Виды учебной работы	Объём часов
1.Максимальная учебная нагрузка (всего)	137
1.1.Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	92
В том числе:	
1.1.1. Лекции	62
1.1.2. Практические занятия	30
1.1.3. Контрольные работы, тестирование	-
1.1.4. Выполнение курсовой работы	-
1.2. Самостоятельная работа	45
1.2.1. Индивидуальные домашние задания	
Итоговая аттестация по учебной дисциплине	Экзамен

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
1	2	3
	<b>ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ</b>	
<b>Раздел 1. Введение в предмет</b>		<b>2</b>
<b>Тема 1.1 Введение в предмет</b>	<b>Содержание материала</b> Цели и задачи дисциплины «Основы врачебного контроля». Краткая история спортивной медицины в России. <b>Лекция</b>	2
<b>Раздел 2. Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом</b>		<b>12</b>
<b>Тема 2.1. Первичное и ежегодное углублённое медицинское обследование</b>	<b>Содержание материала:</b> 1.Первичное и ежегодное углублённое медицинское обследование 2.Принципы оценки состояния здоровья <b>Лекция</b> <b>Практическая работа №1</b> «Врачебно-контрольная карта физкультурника ф227» <b>Самостоятельная работа</b> Написание реферата	2 3 2
<b>Тема 2.2. Анкета здоровья спортсмена</b>	<b>Содержание материала:</b> <b>Практическая работа №2.</b> «Анкета здоровья спортсмена» <b>Самостоятельная работа</b> Анализ других анкет	3 2
<b>Раздел 3. Текущий, этапный срочный и углубленный контроль в спортивной медицине</b>		<b>26</b>

<b>Тема 3.1.</b> Текущий ВП контроль за занимающимися	<b>Содержание материала:</b> Текущий ВП контроль за занимающимися <b>Лекция.</b> <b>Практическая работа №3</b> «Текущий медицинский контроль в спорте» Анкета САН <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами	  2 3  2
<b>Тема 3.2</b> Срочный ВП контроль в спорте	<b>Содержание материала:</b> 1.Срочный ВП контроль в спорте 2.Показатели текущего и срочного функционального состояния центральной нервной системы <b>Лекция</b> <b>Практическая работа №4</b> «ВПК в микроцикле» <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами	  4  3  2
<b>Тема 3.3</b> Этапный ВПК в спорте	<b>Содержание материала:</b> Этапный ВПК в спорте <b>Лекция</b> <b>Практическая работа №5</b> «ВПК на разных этапах тренировки» <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами	  2  3  2
<b>Тема 3.4.</b> Принципы самоконтроля	<b>Содержание материала:</b> Самоконтроль спортсмена <b>Лекция</b> <b>Самостоятельная работа:</b> Анализ дневниковых записей за месяц тренировок.	  1  2
<b>Раздел 4. Особенности врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами</b>		<b>17</b>
<b>Тема 4.1.</b> Принципы оценки уровня физического развития детей и подростков	<b>Содержание материала:</b> Принципы оценки уровня физического развития детей и подростков <b>Лекция</b> <b>Практическая работа №6</b> «Профиль физического развития на основе индексов и метода корреляции»	  1  3



	<b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами.	2
<b>Тема 4.2</b> Принципы оценки степени полового созревания	<b>Содержание материала:</b> 1. Принципы оценки степени полового созревания 2. Принципы оценки функциональных проб с физической нагрузкой у детей и подростков 3. Особенности занятий ФК и спортом в детском и подростковом возрасте <b>Лекция</b> <b>Практическая работа №7</b> «Велоэргометрическая проба PWC150, Гарвардский степ-тест, проба Летунова» <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами.	5 3 2
<b>Тема 4.4.</b> Возрастные этапы спортивной подготовки	<b>Содержание материала:</b> Возрастные этапы спортивной подготовки <b>Лекция</b>	1
<b>Раздел 5. Оптимизация процессов восстановления и повышения физической работоспособности спортсменов</b>		<b>10</b>
<b>Тема 5.1</b> Восполнение дефицита жидкостей, электролитов в условиях тренировки	<b>Содержание материала</b> Восполнение дефицита жидкостей, электролитов в условиях тренировки <b>Лекция</b> <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами.	1 2
<b>Тема 5.2</b> Оптимизация сна спортсменов	<b>Содержание материала</b> Оптимизация сна спортсменов <b>Лекция</b>	1
<b>Тема 5.3</b> Оптимизация питания спортсменов	<b>Содержание материала</b> Оптимизация питания спортсменов <b>Лекция</b> <b>Практическая работа №8</b> «Питание в ИВС на этапах тренировки» <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами	1 3 2

<b>Раздел 6. Пограничные состояния в спорте</b>		<b>8</b>
<b>Тема 6.1</b> Переутомление. Перенапряжение Перетренированность	<b>Содержание материала</b> 1. Переутомление. 2. Перенапряжение 3. Перетренированность <b>Лекция</b> <b>Практическая работа №9</b> «Методика наложения тейповых повязок на разные части тела» <b>Самостоятельная работа</b> Подготовка презентации «Профилактика травматизма в спорте»	3  3  2
<b>Раздел 7. Врачебно-педагогический контроль при проведении тренировочного процесса в различных климато-географических и погодных условиях</b>		<b>16</b>
<b>Тема 7.1.</b> Тренировки в условиях среднегорья. Периоды острой и подострой акклиматизации. Период устойчивого функционального состояния. Переакклиматизация.	<b>Содержание материала</b> 1. Тренировки в условиях среднегорья. 2. Периоды острой и подострой акклиматизации. 3. Период устойчивого функционального состояния. Переакклиматизация. <b>Лекция</b> <b>Практическая работа №10</b> Решение ситуационных задач по теме «Тренировки в среднегорье». <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами	6  3  2
<b>Тема 7.2</b> Подготовка к соревнованиям в условиях низких и высоких температур	<b>Содержание материала</b> <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами.	2
<b>Тема 7.3</b> Ресинхронизация циркадных ритмов организма спортсменов – перелёт на запад и восток	<b>Содержание материала</b> Ресинхронизация циркадных ритмов организма спортсменов – перелёт на запад и восток <b>Лекция</b> <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами.	1  2

<b>Раздел 8. Медицинское обеспечение спортивных соревнований</b>		<b>1</b>
<b>Тема 8.1.</b> Принципы организации медицинского обеспечения спортивных мероприятий	<b>Содержание материала</b> Принципы организации медицинского обеспечения спортивных мероприятий <b>Лекция</b>	1
<b>Раздел 9. Принципы организации антидопингового контроля</b>		<b>6</b>
<b>Тема 9.1</b> Классификация препаратов запрещенных к применению в спорте	<b>Содержание материала</b> 1. Классификация препаратов запрещенных к применению в спорте 2. Организация допинг-контроля. ВАДВ. РусАДА. ADAMS. 3. Штрафные санкции по отношению к спортсменам, тренерам, медикам. <b>Лекция</b>	6
<b>Раздел 10. Особенности организации врачебно-педагогического контроля за женщинами-спортсменками</b>		<b>4</b>
<b>Тема 10.1</b> Функциональные особенности организма девочки, девушки и женщины. Овариально-менструальный цикл и физические качества. Тренировки после родов, аборта, заболеваний половых органов.	<b>Содержание материала</b> 1. Функциональные особенности организма девочки, девушки и женщины. 2. Овариально-менструальный цикл и физические качества. Тренировки после родов, аборта, заболеваний половых органов. <b>Лекция</b> <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами.	2  2
<b>Раздел 11. Неотложные состояния</b>		<b>14</b>
<b>Тема 11.1</b> Неотложные состояния	<b>Содержание материала</b> Анафилактический шок. Гипогликемия. Обмороки и коллапс. Переохлаждение. Тепловой удар. Утопление. <b>Лекции</b> <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами	12  2

<b>Раздел 12. Заболевания и травмы у спортсменов</b>		<b>22</b>
<b>Тема 12.1</b> Структура заболеваний у спортсменов	<b>Содержание материала</b> Структура заболеваний у спортсменов <b>Лекция</b> <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами	1 2
<b>Тема 12.2</b> Заболевания, наиболее часто встречающиеся в спорте	<b>Содержание материала</b> Заболевания, наиболее часто встречающиеся в спорте <b>Лекция</b> <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами.	1 2
<b>Тема 12.3</b> Острые травмы	<b>Содержание материала</b> Острые травмы <b>Лекция</b> <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами.	1 2
<b>Тема 12.4</b> Заболевания, которые могут явиться причиной смерти при занятиях спортом	<b>Содержание материала</b> Заболевания, которые могут явиться причиной смерти при занятиях спортом <b>Лекция</b> <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами.	1 2
<b>Тема 12.5</b> Черепно-мозговая травма у боксёров. Закрытые травмы позвоночника и спинного мозга..	<b>Содержание материала</b> 1. Черепно-мозговая травма у боксёров. 2. Закрытые травмы позвоночника и спинного мозга. <b>Лекция</b> <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами.	2 2
<b>Тема 12.6</b> Травмы уха, горла, носа, глаз, гортани	<b>Содержание материала</b> Травмы уха, горла, носа, глаз, гортани <b>Лекция</b> <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами.	1 2

<b>Тема 12.7</b> ВПК за занимающимися спортом	<b>Содержание материала</b> ВПК за занимающимися спортом <b>Лекция</b> <b>Самостоятельная работа</b> Работа с учебными текстами и Интернет-ресурсами.	     1     1
<b>ИТОГО</b>	<b>137 час. в т.ч.</b> -лекции – <b>62 час.</b> - практические работы – <b>30 час.</b> - самостоятельная работа обучающихся – <b>45 час.</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебно-наглядные пособия по дисциплине «Основы врачебного контроля».

Технические средства обучения:

- мультимедиа-система;
- телевизор;
- компьютер

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов,  
дополнительной литературы**

##### **Основная учебная литература:**

1. Власов, Валерий Николаевич. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре. Практикум : учебное пособие / В. Н. Власов. - 2-е изд., стер. - Электрон, текстовые дан. - Санкт-Петербург; Москва; Краснодар: Лань, 2019. - 169 с. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/125724> - Текст: электронный. ЭБС Лань Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/125724>

2. Тулякова, О. В. Комплексный контроль в физической культуре и спорте : учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 106 с. — ISBN 978-5-4497-0494-8. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/93804.html> ЭБС IPRbooks Режим доступа: <https://www.iprbookshop.ru/93804.html>

##### **Дополнительная учебная литература:**

1. Налобина, А. Н. Основы врачебного контроля лечебной физической культуры и массажа в детской неврологии: учебное пособие для СПО / А. Н. Налобина, И. Г. Таламова, Е. С. Стоцкая. — Саратов: Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 338 с. — ISBN 978-5-4488-0270-6, 978-5-4497-0029-2. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. —

URL: <http://www.iprbookshop.ru/85499.html> ЭБС IPRbooks Режим доступа:  
<http://www.iprbookshop.ru/85499.html>

2. Кулиненков, О. С. Биохимия в практике спорта / О. С. Кулиненков, И. А. Лапшин. — 2-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2019. — 182 с. — ISBN 978-5-9500184-2-8. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/88466.html> ЭБС IPRbooks Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/88466.html>

### **Интернет ресурсы:**

1. <http://www.fizkult-ura.ru/books/theory>
2. [http://window.edu.ru/window/library/pdf2txt?p\\_id=11859](http://window.edu.ru/window/library/pdf2txt?p_id=11859)
3. <http://www.kgafk.ru/kgufk/html/vopros.html>
4. <http://lesgaft.spb.ru/320>