

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 49.02.01 Физическая культура

Организация-разработчик: БОУ СПО ВО «Череповецкий технологический техникум»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа.

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

ОП. Профессиональный цикл.

ОП.04. Общепрофессиональные дисциплины

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты; проводить простейшие функциональные пробы;
- проводить педагогические наблюдения с занимающимися;
- использовать средства и методы восстановления работоспособности организма спортсменов и реабилитации после травм и заболеваний.

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;
- методы и приемы проведения педагогического наблюдения с занимающимися физической культурой и спортом
- методы и средства повышения работоспособности и восстановления организма после нагрузок, а также методы и средства для реабилитации после травм и различных заболеваний у занимающихся физической культурой и спортом.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося 96 часов, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 64 часа;

самостоятельная работа обучающегося 32 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	<i>96</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	<i>46</i>
в том числе:	
лабораторные занятия	<i>18</i>
практические занятия	
контрольные работы/ зачет	
курсовая работа (проект)	<i>0</i>
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	<i>32</i>
- реферат	<i>8</i>
- сообщение, схема, эскиз, плакат, доклад	<i>24</i>
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

Тематический план и содержание учебной дисциплины
«Основы врачебного контроля.»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся.		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Основы врачебного контроля				
Тема 1.1. Врачебный контроль, его цели, задачи и содержание; врачебный контроль за лицами, занимающимися физической культурой.	Содержание учебного материала.		4	
	1	Врачебный контроль на занятиях физическими упражнениями. Цель, задачи и содержание врачебного контроля. Формы работы ВК. Задачи и методы врачебно-педагогических наблюдений. Профилактика травматизма на занятиях физическими упражнениями. Методы исследований. Исследование физического развития.		2
	Лабораторные работы			
	Практические занятия. Исследование физического развития школьника. Взаимодействие с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;		2	
	Контрольные работы		2	
	Самостоятельная работа обучающихся. Подготовка сообщений: «История возникновения и развития врачебного контроля», «Формы работы ВК», «Визуальные признаки утомления».		2	
	Содержание учебного материала.		4	
Тема 1.2. Назначение и методика проведения простейших функциональных проб		Функциональные пробы и тесты, применяемые в спортивной практике. Велоэргометрия. Тредмил-тест. Проба с гипервентиляцией. Проба Аншера. Проба с задержкой дыхания.		
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Проведение простейших функциональных проб.		2	
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся. Подготовка сообщения «Особенности функционального состояния лиц, систематически занимающихся физической культурой и спортом»		4	

Тема 2.1. Влияние физических упражнений на основные системы организма	Содержание учебного материала		6
		Функциональные особенности работы организма в процессе регулярной физической нагрузки. Общие морфофункциональные изменения систем организма в процессе регулярной физической нагрузки. Понятие о физическом развитии.	2
	Лабораторные работы		
	Практические занятия. Практическое изучение влияния нагрузки на основные системы организма.		2
	Контрольные работы		
Тема 2.2 Физическое развитие.	Содержание учебного материала		2
		Понятие о физическом развитии. Соматоскопия и антропометрия, динамометрия, анализ состава тела.	2
	Лабораторные работы		
	Практические занятия. Проведение различных методов антропометрии, оценка полученных результатов		2
	Контрольные работы		
Тема 3.1 Методы врачебного контроля нервной системы и анализаторов.	Содержание учебного материала.		2
		Признаки нарушения работы нервной системы. Исследование рефлексов, координации движений.	2
	Лабораторные работы		
	Практические занятия. Теппинг – тест. Проба Ромберга.		1
	Контрольные работы		
Тема 3.2. Методы врачебного контроля дыхательной системы.	Содержание учебного материала.		6
		Контроль за состоянием дыхательной системы. Общие признаки нарушения дыхательной системы.	1.
	Лабораторные работы		
	Практические занятия Гипоксическая проба Штанге.		1
	Контрольные работы		
	Самостоятельная работа обучающихся Изучение литературы по теме..		4

Тема 3.3. Врачебный контроль сердечно-сосудистой системы..	Содержание учебного материала.		4	
		Общие признаки нарушения работы сердечно-сосудистой системы. Измерение и оценка ЧСС и АД.		1.
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Функциональные пробы – проба Мартинэ.		2	
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся. Подготовка сообщений : «Проведение функциональных проб».		4	
Раздел 4. Система Врачебного контроля.				
Тема 4.1. Тестирование физической работоспособности	Содержание учебного материала		8	
		Понятие о физической работоспособности. Основные современные методы тестирования физической работоспособности		2
	Лабораторные работы			
	Практические занятия. Проведение тестирования под влиянием нагрузки.		2	
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся. Изучение литературы по теме.		4	
Тема 4.2 Система врачебного контроля, педагогические наблюдения	Содержание учебного материала.		4	
		Понятие об углубленных, этапных и текущих медицинских обследованиях, Врачебно-педагогические наблюдения, Методы проведения ВПН.		3
	Лабораторные работы			
	Практические занятия. Использование и выполнение основных приемов врачебно-педагогического наблюдения .		2	
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся. Подготовить сообщение на тему «Врачебно-педагогическое наблюдение».		4	

4.3 Методы и средства восстановления спортивной работоспособности и реабилитации спортсменов.	Содержание учебного материала.		4	
		Общие принципы применения восстановительных процедур. Естественные и искусственные методы восстановления, реабилитация спортсменов после травм.		2
	Лабораторные работы			
	Практические занятия. Контроль за переносимостью нагрузок. Выбор упражнений и дозирование нагрузок.		2	
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся. Подготовка сообщения «Методические особенности проведения восстановительных процедур на различных этапах подготовки»		2	
Дифференцированный зачет			2	
Всего:			96	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета лечебной физической культуры и врачебного контроля, массажа.

Оборудование учебного кабинета: столы, стулья, доска, таблицы, муляжи, массажный стол.

Технические средства обучения: ПК.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники

1. Горбачев Д.Г. «Основы врачебного контроля» СПбУ, Санкт-Петербург 2018 г.
- Граевская Н.Д. «Спортивная медицина» Москва «Советский спорт» 2016 г.

Дополнительные источники

1. Дубровский В.И. Лечебный массаж. - Учебник для средних и высших учебных заведений. М., «Владос», 2015.
2. Епифанов В.А. Лечебная физкультура. Учебное пособие. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016

Интернет ресурсы:

1. Медицинская информационная сеть. Режим доступа: <http://www.medicinform.net/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Умения:</p> <p>взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты; проводить простейшие функциональные пробы, выполнять основные приемы педагогического наблюдения, использовать и рекомендовать средства восстановления спортивной работоспособности</p> <hr/> <p>Знания:</p> <p>цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой; назначение и методику проведения простейших функциональных проб; организацию и методику педагогического наблюдения, методы и средства восстановления спортивной работоспособности.</p>	<p><i>Наблюдение и оценка выполнения заданий на практических занятиях, устных ответов на вопросы.</i></p> <hr/> <p><i>Оценка выполнения устных заданий, письменных терминологических диктантов результатов тестирования, выполнения самостоятельной работы, устных ответов на уроках, зачете.</i></p>