

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Убайдуллаевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 07.11.2023 11:46:43  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА» (ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Адаптивной физической культуры и медико-биологических дисциплин

УТВЕРЖДАЮ:  
Проректор по учебной работе  
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«27» \_\_\_\_\_ апреля \_\_\_\_\_ 2023 г.

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

#### Врачебно-педагогический контроль в физической реабилитации (Б1.В.11)

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)</i>
<b>Направленность (профиль) программы магистратуры</b>	<i>«Физическая реабилитация»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>магистр</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2023</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 4 семестр заочная: 5 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачётных единиц: 3 часов: 108</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>зачет</i>

Разработчик рабочей программы:

Ардашев А.Е., к.м.н., доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании  
кафедры АФКиМБД

Протокол от «11» \_\_\_\_\_ 04 \_\_\_\_\_ 2023 г. №15

Рабочая программа одобрена на  
заседании УМС

Протокол от «26» \_\_\_\_\_ 04 \_\_\_\_\_ 2023 г. №9

Чайковский, 2023

## 1 Цель и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины

Цель дисциплины – формирование у магистров знаний и навыков врачебно-педагогического контроля в физической реабилитации.

### 1.2 Задачи дисциплины

- ознакомить с основными мероприятиями по медико-биологическому и научно-методическому обеспечению, сопровождению подготовки спортсменов-инвалидов;
- вопросами организации спортивно-медицинской службы;
- ознакомить с основами организации врачебного контроля над реабилитантами и спортсменами-инвалидами;
- ознакомить с методами врачебных исследований для оценки эффективности реабилитационных (абилитационных) мероприятий;
- ознакомить с принципами выявления и профилактики негативной динамики состояния основного дефекта (заболевания), сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений у занимающихся;
- формировать умения контролировать динамику состояния реабилитантов и спортсменов-инвалидов в процессе реабилитации и тренировочного процесса;
- обучить подходам к коррекции объема и направленности физических нагрузок, основанных на результатах врачебно-педагогического контроля.

## 2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Врачебно-педагогический контроль в физической реабилитации» является факультативной и не обязательной для изучения.

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Врачебно-педагогический контроль в физической реабилитации» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
Способен планировать и осуществлять мероприятия по медико-биологическому и научно-методическому обеспечению, сопровождению подготовки спортсменов-инвалидов; планировать и оценивать эффективность реабилитационных (абилитационных) мероприятий; управлять тренировочным процессом и реабилитационными (абилитационными) мероприятиями	<b>ПК-3.1</b> планирует и осуществляет мероприятия по медико-биологическому и научно-методическому обеспечению, сопровождению подготовки спортсменов-инвалидов; <b>ПК-3.2</b> планирует и оценивает эффективность реабилитационных (абилитационных) мероприятий; <b>ПК-3.3</b> управляет тренировочным процессом и реабилитационными (абилитационными) мероприятиями.
<b>ПК-4</b> Способен управлять объемом и направленностью физических нагрузок занимающегося для предупреждения негативной динамики состояния основного дефекта (заболевания), сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений; осуществлять мониторинг результата реабилитации после реабилитационного случая; организовать	<b>ПК-4.1</b> управляет объемом и направленностью физических нагрузок занимающегося для предупреждения негативной динамики состояния основного дефекта (заболевания), сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений; <b>ПК-4.2</b> осуществляет мониторинг результата реабилитации после реабилитационного случая; <b>ПК-4.3</b> организует сопровождение и поддержку

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
сопровождение и поддержку реабилитанта по завершению реабилитационного случая	реабилитанта по завершению реабилитационного случая.
Профессиональный стандарт 03.007 Специалист по реабилитационной работе в социальной сфере Профессиональный стандарт 05.002 Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту	

### 3 Объем дисциплины и виды учебной работы

#### 3.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		4 семестр	Всего
1	Контактная работа	36	36
1.1	Занятия лекционного типа	12	12
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	24/2	24/2
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	36	36
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
		<i>в академических часах</i>	72
		<i>в зачетных единицах</i>	2

#### 3.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		5 семестр	Всего
1	Контактная работа	16	16
1.1	Занятия лекционного типа	6	6
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	10/2	10/2
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	92/4	92/4
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
		<i>в академических часах</i>	108
		<i>в зачетных единицах</i>	3

### 4 Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение №1 к рабочей программе дисциплины.

### 5 Структура и содержание дисциплины

#### 5.1 Модульный тематический план

##### 5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах			Трудоемкость, в часах
		Контактная работа		Самостоятельная работа	
		лекционная	Занятия семинарского типа		

			всего	в т.ч. в форме практической подготовки		
<b>1</b>	<b>Методы врачебного исследования в педагогической деятельности и в физической реабилитации</b>	<b>8</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>56</b>	<b>84</b>
1.1	Общая характеристика методов врачебного исследования. Сбор анамнеза.	2	0	0	4	6
1.2	Осмотр.	2	2	0	8	12
1.3	Антропометрия.	2	4	0	12	18
1.4	Оценка физического развития.	0	2	0	4	6
1.5	Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку.	0	4	0	8	12
1.6	Функциональное тестирование.	2	4	2	12	18
1.7	Определение физической работоспособности.	0	4	0	8	12
<b>2</b>	<b>Врачебный контроль в педагогической деятельности и в физической реабилитации</b>	<b>0</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>12</b>
2.1	Врачебный контроль на реабилитационных занятиях, тренировках и соревнованиях. Врачебный контроль за юными спортсменами-инвалидами.	0	2	0	4	6
2.2	Врачебный контроль за лицами среднего и пожилого возраста. Особенности врачебных наблюдений за женщинами-спортсменками.	0	2	0	4	6
<b>3</b>	<b>Патология физического перенапряжения</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>12</b>
3.1	Структура заболеваемости у спортсменов-инвалидов. Перенапряжение сердечно-сосудистой, иммунной, пищеварительной, мочевыделительной и системы крови.	2	0	0	4	6
3.2	Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата.	2	0	0	4	6
<b>Итого:</b>		<b>12</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>72</b>	<b>108</b>

### 5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
		всего	в т.ч. в форме практической подготовки			
<b>1</b>	<b>Методы врачебного исследования в педагогической деятельности и в физической реабилитации</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>68</b>	<b>80</b>
1.1	Общая характеристика методов врачебного исследования. Сбор анамнеза.	1	0	0	6	7
1.2	Осмотр.	1	1	0	10	12
1.3	Антропометрия.	1	1	0	12	14
1.4	Оценка физического развития.	0	1	0	6	7
1.5	Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку.	0	1	0	10	11
1.6	Функциональное тестирование.	1	2	2	12	15
1.7	Определение физической работоспособности.	0	2	0	12	14
<b>2</b>	<b>Врачебный контроль в педагогической деятельности и в физической реабилитации</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>12</b>	<b>14</b>

2.1	Врачебный контроль на реабилитационных занятиях, тренировках и соревнованиях. Врачебный контроль за юными спортсменами-инвалидами.	0	1	0	6	7
2.2	Врачебный контроль за лицами среднего и пожилого возраста. Особенности врачебных наблюдений за женщинами-спортсменками.	0	1	0	6	7
<b>3</b>	<b>Патология физического перенапряжения</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>12</b>	<b>14</b>
3.1	Структура заболеваемости у спортсменов-инвалидов. Перенапряжение сердечно-сосудистой, иммунной, пищеварительной, мочевыделительной и системы крови.	1	0	0	6	7
3.2	Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата.	1	0	0	6	7
<b>Итого:</b>		<b>6</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>92</b>	<b>108</b>

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

## 5.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

### 5.2.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

Раздел, темы	Содержание
<b>1</b>	<b>Раздел Методы врачебного исследования в педагогической деятельности и в физической реабилитации</b>
	<i>Тема</i> Общая характеристика методов врачебного исследования. Сбор анамнеза.
1.1	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Общая характеристика методов врачебного исследования. Сбор анамнеза. Роль врачебного контроля в процессе реабилитации. Врачебный контроль в сфере массовой физической культуры и адаптивном спорте. Методика врачебного контроля. Общая характеристика методов врачебного исследования. Классификация и характеристика методов врачебного исследования: клинические и параклинические методы исследования их краткая характеристика. Сбор анамнеза, структура, последовательность. Общие (паспортные) данные. Анамнез жизни: перенесенные заболевания, спортивные травмы, наследственность, условия жизни в прошлом, условия жизни в настоящее время, вредные привычки. Спортивный анамнез. <i>Самостоятельная работа.</i> Медицинское обследование лиц, занимающихся физической культурой и спортом. Организация врачебно-физкультурной службы в РФ. Подготовка к практическому занятию «Общая характеристика методов исследования. Сбор анамнеза».
	<i>Тема Осмотр</i>
1.2	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Осмотр. Правила проведение осмотра, порядок и последовательность. Осмотр головы, плечевого пояса, позвоночника, грудной клетки, живота, конечностей. Изучение особенностей осанки, состояния опорно-двигательного аппарата, телосложения. <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Осмотр. Закрепление правил проведения осмотра. Освоение навыков проведения осмотра. Порядок и последовательность осмотра. Осмотр головы, плечевого пояса, позвоночника, грудной клетки, живота, конечностей. Изучение особенностей осанки, состояния опорно-двигательного аппарата, телосложения. <i>Самостоятельная работа.</i> Повторение лекционного материал. Подготовка к практическому занятию «Осмотр».
1.3	<i>Тема Антропометрия</i>

	<p><i>Занятие лекционного типа 3. Антропометрия.</i>  Правила проведения антропометрических измерений. Инструментарий для проведения антропометрии. Измерение веса. Измерение роста стоя и сидя. Измерение длины туловища. Измерение окружности головы и шеи. Измерение ширины плеч. Измерение диаметров грудной клетки. Измерение окружностей грудной клетки (на вдохе, выдохе и спокойном дыхании). Измерение окружности талии. Измерение длины верхней конечности, плеча, предплечья. Измерение окружности плеча, предплечья. Измерение нижней конечности. Измерение бедра, голени. Измерение окружности бедра, голени. Измерение толщины кожных складок.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2-3. Антропометрия.</i>  Закрепление правила проведения антропометрических измерений. Ознакомление с инструментарием для проведения антропометрии.  Отработка навыков антропометрических измерений. Измерение веса. Измерение роста стоя и сидя. Измерение длины туловища. Измерение окружности головы и шеи. Измерение ширины плеч. Измерение диаметров грудной клетки. Измерение окружностей грудной клетки (на вдохе, выдохе и спокойном дыхании). Измерение окружности талии. Измерение длины верхней конечности, плеча, предплечья. Измерение окружности плеча, предплечья. Измерение нижней конечности. Измерение бедра, голени. Измерение окружности бедра, голени. Измерение толщины кожных складок.  Определение жирового, мышечного, костного компонентов состава тела.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Повторение лекционного материала. Подготовка к практическому занятию «Антропометрия». Работа в библиотеке. Самостоятельное измерение антропометрических показателей.</p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Оценка физического развития</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 4. Оценка физического развития.</i>  Общие представления о физическом развитии человека: определение; факторы, влияющие на физическое развитие человека; физическое развитие и здоровье человека. Методы оценки физического развития: метод индексов, метод стандартов, метод построения антропометрического профиля, перцентильный метод. Оценка индивидуального физического развития.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка к практическому занятию «Оценка физического развития». Работа в библиотеке по изучению подходов к оценке физического развития и здоровья человека.</p>
1.4	<p style="text-align: center;"><i>Тема Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5-6. Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку.</i>  Реакция пульса, систолического, диастолического и пульсового давления на дозированную физическую нагрузку. Типы реакции пульса и артериального давления на дозированную физическую нагрузку: нормотонический тип реакции, атипичные реакции, ступенчатая реакция. Расчет прироста пульса. Прирост пульса после дозированных физических нагрузок различной направленности: 20 приседаний за 30 сек., 15 секунднй бег на месте в максимальном темпе, 3-х минутный бег на месте в темпе 180 шагов в минуту.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Взаимоконтроль. Подготовка к практическому занятию «Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку».</p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Функциональное тестирование</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 4. Функциональное тестирование.</i>  Общие представления о функциональном тестировании. Требования к тестам. Спортивно-медицинская классификация функциональных проб (тестов). Принципы классификации тестов с дозированной физической нагрузкой. Одномоментная проба Мартине - алгоритм проведения, оценка, применение. Трехмоментная проба Летунова - алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с задержкой дыхания – проба Штанге и проба Генчи; алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с изменением положения тела в пространстве – ортостатическая и клиноостатическая пробы; алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с натуживанием – проба Флэка и проба Бюргера; алгоритм проведения, оценка, применение.</p>
1.6	

	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 7-8.</i> Функциональное тестирование. Закрепление теоретического материала. Общие представления о функциональном тестировании. Требования к тестам. Спортивно-медицинская классификация функциональных проб (тестов). Принципы классификации тестов с дозированной физической нагрузкой.</p> <p>Овладение практическими навыками функционального тестирования. Одновременная проба Мартине - алгоритм проведения, оценка, применение. Трехмоментная проба Летунова - алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с задержкой дыхания – проба Штанге и проба Генчи; алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с изменением положения тела в пространстве – ортостатическая и клиностатическая пробы; алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с натуживанием – проба Флэка и проба Бюргера; алгоритм проведения, оценка, применение.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Повторение лекционного материала. Подготовка к практическому занятию по теме: «Функциональное тестирование».</p>
	<p align="center"><i>Тема Определение физической работоспособности</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 9-10.</i> Определение физической работоспособности.</p> <p>Общие представления о физической работоспособности. Определение физической работоспособности по величине МПК. Прямые и непрямые методы определения МПК. Общие представления о ПАНО. Факторы определяющие МПК и ПАНО. Гарвардский степ-тест – общие представления. Определение работоспособности по тесту PWC<sub>170</sub> методика проведения, оценка. Определение МПК по величине PWC<sub>170</sub>. Модификации теста PWC<sub>170</sub>: общеевропейский вариант (общие представления), тест PWC<sub>170</sub> с однократной физической нагрузкой (по Л.И. Абросимовой) (общие представления), PWC<sub>af</sub> (алгоритм проведения, принципы оценки), PWC<sub>170</sub>(V) со специфическими нагрузками циклического характера (общие представления).</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Количественная оценка соматического здоровья. Подготовка к практическому занятию по теме: «Определение физической работоспособности».</p>
1.7	
2	<p align="center"><b><i>Раздел Врачебный контроль в педагогической деятельности и в физической реабилитации</i></b></p>
	<p align="center"><i>Тема Врачебный контроль на реабилитационных занятиях, тренировках и соревнованиях.</i> <i>Врачебный контроль за юными спортсменами-инвалидами</i></p>
2.1	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 11.</i> Врачебный контроль на реабилитационных занятиях, тренировках и соревнованиях. Врачебный контроль за юными спортсменами-инвалидами.</p> <p>Задачи врачебно-педагогических наблюдений. Организация врачебно-педагогических наблюдений: этапные, текущие, оперативные обследования. Самоконтроль спортсмена. Врачебный контроль за юными спортсменами-инвалидами. Общие положения. Допуск к тренировкам и соревнованиям. Значение осмотра в оценке биологического возраста юного спортсмена. Некоторые анатомо-физиологические особенности детей и подростков. Соотношение паспортного и биологического возраста, варианты развития: обычное; гармоничная акселерация или ретардация; негармоничная акселерация или ретардация. Особенности их физиологической реакции на физическую нагрузку.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Дневник самоконтроля. Тесты оценки физической подготовленности. Контроль динамики реабилитационного процесса. Подготовка к практическому занятию «Врачебный контроль за юными спортсменами-инвалидами».</p>
	<p align="center"><i>Тема Врачебный контроль за лицами среднего и пожилого возраста. Особенности врачебных наблюдений за женщинами-спортсменками</i></p>
2.2	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 12.</i> Врачебный контроль за лицами среднего и пожилого возраста. Врачебный контроль в гериатрии.</p> <p>Особенности врачебных наблюдений за женщинами-спортсменками.</p> <p>Физиологические особенности лиц среднего и пожилого возраста. Группы лиц среднего и пожилого возраста в зависимости от состояния здоровья и физической подготовленности. Группы здоровья.</p> <p>Особенности врачебных наблюдений за женщинами спортсменками. Физиологические особенности женского организма. Учет овариально-менструального цикла в построении тренировок. Беременность, роды и допуск к тренировкам.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка к практическому занятию «Особенности врачебных наблюдений за женщинами-спортсменками».</p>

<b>3</b>	<b><i>Раздел Патология физического перенапряжения</i></b>
3.1	<p><i>Занятие лекционного типа 5.</i> Структура заболеваемости у спортсменов-инвалидов. Перенапряжение сердечно-сосудистой, иммунной, пищеварительной, мочевыделительной и системы крови.</p> <p>Структура заболеваемости у спортсменов-инвалидов: структура общей заболеваемости у спортсменов-инвалидов: влияние направленности тренировочного процесса на структуру заболеваемости. Переутомление. Перетренированность. Перенапряжение систем организма. Перетренированность I и II типа. Виды физического перенапряжения: острое, хроническое, хронически возникающие острые проявления физического перенапряжения. Проявления хронического физического перенапряжения сердечно-сосудистой системы: дистрофический, аритмический, гипертонический, гипотонический синдромы. Патологическое спортивное сердце. Хроническое физическое перенапряжение иммунной системы. Периодически возникающие острые проявления хронического физического перенапряжения пищеварительной системы: печеночный болевой синдром, перенапряжение системы мочевого выделения (протеинурический и гематурический синдромы), перенапряжение системы крови (спортивная анемия).</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с учебно-методической литературой по теме: «Структура заболеваемости у спортсменов-инвалидов. Перенапряжение сердечно-сосудистой, иммунной, пищеварительной, мочевыделительной и системы крови».</p>
3.2	<p><i>Тема Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 6.</i> Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Острые повреждения опорно-двигательного аппарата. Хроническое физическое перенапряжение: мышц, сухожилий, суставного хряща, костной ткани. Хроническое физическое перенапряжение мышц: острый мышечный спазм, миозит, миофиброз, нейромиозит. Хроническое физическое перенапряжение сухожилий: тендинит, тендопериостеопатия, паратенонит. Хроническое физическое перенапряжение суставного хряща. Хроническое физическое перенапряжение костной ткани (усталостные переломы). Острые повреждения опорно-двигательного аппарата у спортсменов-инвалидов: растяжение и разрыв мышц; растяжение и разрыв сухожилий; переломы костей. Тактика работы тренера по адаптивной физической культуре и спорту.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с учебно-методической литературой по теме: «Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата».</p>

### 5.2.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

<i>Раздел, темы</i>	<i>Содержание</i>
<b>1</b>	<b><i>Раздел Методы врачебного исследования в педагогической деятельности и в физической реабилитации</i></b>
1.1	<p><i>Тема</i> Общая характеристика методов врачебного исследования. Сбор анамнеза.</p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Общая характеристика методов врачебного исследования. Сбор анамнеза.</p> <p>Роль врачебного контроля в процессе реабилитации. Врачебный контроль в сфере массовой физической культуры и адаптивном спорте. Методика врачебного контроля. Общая характеристика методов врачебного исследования. Классификация и характеристика методов врачебного исследования: клинические и параклинические методы исследования их краткая характеристика.</p> <p>Сбор анамнеза, структура, последовательность. Общие (паспортные) данные. Анамнез жизни: перенесенные заболевания, спортивные травмы, наследственность, условия жизни в прошлом, условия жизни в настоящее время, вредные привычки. Спортивный анамнез.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Медицинское обследование лиц, занимающихся физической культурой и спортом. Организация врачебно-физкультурной службы в РФ. Подготовка к практическому занятию «Общая характеристика методов исследования. Сбор анамнеза».</p>
1.2	<i>Тема Осмотр</i>



	<p><i>Занятие лекционного типа 1. Осмотр.</i> Правила проведения осмотра, порядок и последовательность. Осмотр головы, плечевого пояса, позвоночника, грудной клетки, живота, конечностей. Изучение особенностей осанки, состояния опорно-двигательного аппарата, телосложения.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1. Осмотр.</i> Закрепление правил проведения осмотра. Освоение навыков проведения осмотра. Порядок и последовательность осмотра. Осмотр головы, плечевого пояса, позвоночника, грудной клетки, живота, конечностей. Изучение особенностей осанки, состояния опорно-двигательного аппарата, телосложения.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Повторение лекционного материала. Подготовка к практическому занятию «Осмотр».</p>
	<i>Тема Антропометрия</i>
1.3	<p><i>Занятие лекционного типа 2. Антропометрия.</i> Правила проведения антропометрических измерений. Инструментарий для проведения антропометрии. Измерение веса. Измерение роста стоя и сидя. Измерение длины туловища. Измерение окружности головы и шеи. Измерение ширины плеч. Измерение диаметров грудной клетки. Измерение окружностей грудной клетки (на вдохе, выдохе и спокойном дыхании). Измерение окружности талии. Измерение длины верхней конечности, плеча, предплечья. Измерение окружности плеча, предплечья. Измерение нижней конечности. Измерение бедра, голени. Измерение окружности бедра, голени. Измерение толщины кожных складок.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1. Антропометрия.</i> Закрепление правил проведения антропометрических измерений. Ознакомление с инструментарием для проведения антропометрии. Отработка навыков антропометрических измерений. Измерение веса. Измерение роста стоя и сидя. Измерение длины туловища. Измерение окружности головы и шеи. Измерение ширины плеч. Измерение диаметров грудной клетки. Измерение окружностей грудной клетки (на вдохе, выдохе и спокойном дыхании). Измерение окружности талии. Измерение длины верхней конечности, плеча, предплечья. Измерение окружности плеча, предплечья. Измерение нижней конечности. Измерение бедра, голени. Измерение окружности бедра, голени. Измерение толщины кожных складок. Определение жирового, мышечного, костного компонентов состава тела.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Повторение лекционного материала. Подготовка к практическому занятию «Антропометрия». Работа в библиотеке. Самостоятельное измерение антропометрических показателей.</p>
	<i>Тема Оценка физического развития</i>
1.4	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 2. Оценка физического развития.</i> Общие представления о физическом развитии человека: определение; факторы, влияющие на физическое развитие человека; физическое развитие и здоровье человека. Методы оценки физического развития: метод индексов, метод стандартов, метод построения антропометрического профиля, перцентильный метод. Оценка индивидуального физического развития.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка к практическому занятию «Оценка физического развития». Работа в библиотеке по изучению подходов к оценке физического развития и здоровья человека.</p>
1.5	<p><i>Тема Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку</i> <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2. Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку.</i> Реакция пульса, систолического, диастолического и пульсового давления на дозированную физическую нагрузку. Типы реакции пульса и артериального давления на дозированную физическую нагрузку: нормотонический тип реакции, атипичные реакции, ступенчатая реакция. Расчет прироста пульса. Прирост пульса после дозированных физических нагрузок различной направленности: 20 приседаний за 30 сек., 15 секунд бег на месте в максимальном темпе, 3-х минутный бег на месте в темпе 180 шагов в минуту.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Взаимоконтроль. Подготовка к практическому занятию «Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку».</p>
1.6	<i>Тема Функциональное тестирование</i>

	<p><i>Занятие лекционного типа 2. Функциональное тестирование.</i>  Общие представления о функциональном тестировании. Требования к тестам. Спортивно-медицинская классификация функциональных проб (тестов). Принципы классификации тестов с дозированной физической нагрузкой. Одномоментная проба Мартине - алгоритм проведения, оценка, применение. Трехмоментная проба Летунова - алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с задержкой дыхания – проба Штанге и проба Генчи; алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с изменением положения тела в пространстве – ортостатическая и клиностатическая пробы; алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с натуживанием – проба Флэка и проба Бюргера; алгоритм проведения, оценка, применение.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3. Функциональное тестирование.</i>  Закрепление теоретического материала. Общие представления о функциональном тестировании. Требования к тестам. Спортивно-медицинская классификация функциональных проб (тестов). Принципы классификации тестов с дозированной физической нагрузкой.</p> <p>Овладение практическими навыками функционального тестирования. Одномоментная проба Мартине - алгоритм проведения, оценка, применение. Трехмоментная проба Летунова - алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с задержкой дыхания – проба Штанге и проба Генчи; алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с изменением положения тела в пространстве – ортостатическая и клиностатическая пробы; алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с натуживанием – проба Флэка и проба Бюргера; алгоритм проведения, оценка, применение.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Повторение лекционного материала. Подготовка к практическому занятию по теме: «Функциональное тестирование».</p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Определение физической работоспособности</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4. Определение физической работоспособности.</i>  Общие представления о физической работоспособности. Определение физической работоспособности по величине МПК. Прямые и непрямые методы определения МПК. Общие представления о ПАНО. Факторы определяющие МПК и ПАНО. Гарвардский степ-тест – общие представления. Определение работоспособности по тесту PWC<sub>170</sub> методика проведения, оценка. Определение МПК по величине PWC<sub>170</sub>. Модификации теста PWC<sub>170</sub>: общеевропейский вариант (общие представления), тест PWC<sub>170</sub> с однократной физической нагрузкой (по Л.И. Абросимовой) (общие представления), PWC<sub>аФ</sub> (алгоритм проведения, принципы оценки), PWC<sub>170</sub>(V) со специфическими нагрузками циклического характера (общие представления).</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Количественная оценка соматического здоровья. Подготовка к практическому занятию по теме: «Определение физической работоспособности».</p>
1.7	
2	<b><i>Раздел Врачебный контроль в педагогической деятельности и в физической реабилитации</i></b>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Врачебный контроль на реабилитационных занятиях, тренировках и соревнованиях.</i>  <i>Врачебный контроль за юными спортсменами-инвалидами</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 5. Врачебный контроль на реабилитационных занятиях, тренировках и соревнованиях. Врачебный контроль за юными спортсменами-инвалидами.</i>  Задачи врачебно-педагогических наблюдений. Организация врачебно-педагогических наблюдений: этапные, текущие, оперативные обследования. Самоконтроль спортсмена. Врачебный контроль за юными спортсменами-инвалидами. Общие положения. Допуск к тренировкам и соревнованиям. Значение осмотра в оценке биологического возраста юного спортсмена. Некоторые анатомио-физиологические особенности детей и подростков. Соотношение паспортного и биологического возраста, варианты развития: обычное; гармоничная акселерация или ретардация; негармоничная акселерация или ретардация. Особенности их физиологической реакции на физическую нагрузку.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Дневник самоконтроля. Тесты оценки физической подготовленности. Контроль динамики реабилитационного процесса. Подготовка к практическому занятию «Врачебный контроль за юными спортсменами-инвалидами».</p>
2.1	
2.2	<p style="text-align: center;"><i>Тема Врачебный контроль за лицами среднего и пожилого возраста. Особенности врачебных наблюдений за женщинами-спортсменками</i></p>

	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 5.</i> Врачебный контроль за лицами среднего и пожилого возраста. Врачебный контроль в гериатрии.</p> <p>Особенности врачебных наблюдений за женщинами-спортсменками.</p> <p>Физиологические особенности лиц среднего и пожилого возраста. Группы лиц среднего и пожилого возраста в зависимости от состояния здоровья и физической подготовленности. Группы здоровья.</p> <p>Особенности врачебных наблюдений за женщинами спортсменками. Физиологические особенности женского организма. Учет овариально-менструального цикла в построении тренировок. Беременность, роды и допуск к тренировкам.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка к практическому занятию «Особенности врачебных наблюдений за женщинами-спортсменками».</p>
<b>3</b>	<b><i>Раздел Патология физического перенапряжения</i></b>
3.1	<p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Структура заболеваемости у спортсменов-инвалидов. Перенапряжение сердечно-сосудистой, иммунной, пищеварительной, мочевыделительной и системы крови.</p> <p>Структура заболеваемости у спортсменов-инвалидов: структура общей заболеваемости у спортсменов-инвалидов: влияние направленности тренировочного процесса на структуру заболеваемости. Переутомление. Перетренированность. Перенапряжение систем организма. Перетренированность I и II типа. Виды физического перенапряжения: острое, хроническое, хронически возникающие острые проявления физического перенапряжения. Проявления хронического физического перенапряжения сердечно-сосудистой системы: дистрофический, аритмический, гипертонический, гипотонический синдромы. Патологическое спортивное сердце. Хроническое физическое перенапряжение иммунной системы. Периодически возникающие острые проявления хронического физического перенапряжения пищеварительной системы: печеночный болевой синдром, перенапряжение системы мочевого выделения (протеинурический и гематурический синдромы), перенапряжение системы крови (спортивная анемия).</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с учебно-методической литературой по теме: «Структура заболеваемости у спортсменов-инвалидов. Перенапряжение сердечно-сосудистой, иммунной, пищеварительной, мочевыделительной и системы крови».</p>
3.2	<p><i>Тема Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Острые повреждения опорно-двигательного аппарата. Хроническое физическое перенапряжение: мышц, сухожилий, суставного хряща, костной ткани. Хроническое физическое перенапряжение мышц: острый мышечный спазм, миозит, миофиброз, нейромиозит. Хроническое физическое перенапряжение сухожилий: тенденит, тендопериостеопатия, паратенонит. Хроническое физическое перенапряжение суставного хряща. Хроническое физическое перенапряжение костной ткани (усталостные переломы). Острые повреждения опорно-двигательного аппарата у спортсменов-инвалидов: растяжение и разрыв мышц; растяжение и разрыв сухожилий; переломы костей. Тактика работы тренера по адаптивной физической культуре и спорту.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с учебно-методической литературой по теме: «Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата».</p>

## **6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **6.1 Рекомендуемая литература**

#### **6.1.1 Обязательная литература**

1. Акатова, А. А. Врачебный контроль в лечебной физической культуре и адаптивной физической культуре : учебное пособие / А. А. Акатова, Т. В. Абызова. — Пермь : Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2015. — 102 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/70620.html>

2. Миллер Л.Л. Спортивная медицина : учебное пособие / Миллер Л.Л.. — Москва : Человек, 2015. — 184 с. — ISBN 978-5-906131-47-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/27601.html>
3. Медицинская реабилитация : учебное пособие / В.Я. Латышева [и др.].. — Минск : Вышэйшая школа, 2020. — 352 с. — ISBN 978-985-06-3232-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/119996.html>

### 6.1.2 Дополнительная литература

4. Кузнецов И.А. Прикладная физическая культура для студентов специальных медицинских групп : учебное пособие / Кузнецов И.А., Буров А.Э., Качанов И.В.. — Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2019. — 154 с. — ISBN 978-5-4486-0476-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/79436.html>
5. Жиленкова В.П., Ульрих Е.С. Врачебно-педагогические аспекты адаптивной физической культуры инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата : учебное пособие / Жиленкова В.П., Ульрих Е.С. - СПб, 2001. (электр. ресурс).
6. Миллер Л.Л. Спортивная медицина: учеб. пособие.- СПб, 2010 (электр. ресурс).
7. Физическая реабилитация. В 2х т.: учебник / Под ред. Попова С. Н. – М.: Издат. Центр «Академия», 2016, 2013. - 22 экз.
8. Позняков, В.С. Самостоятельное изучение приёмов спортивного массажа : учебно-методическое пособие / В. С. Позняков. – СПб, 2008 (электр. ресурс).
9. Ладыгина, Е.Б. Физическая реабилитация лиц пожилого и старшего возраста. В 2-х частях (электр. ресурс).

## 6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

### 6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п.п.	Наименование программного продукта
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows 8 Pro
4.	Операционная система Windows 8.1 Pro
5.	Операционная система Windows Server 2008
6.	Операционная система Windows Server 2012
7.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
8.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard
9.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
10.	ABBY FineReader 11 Corporate Edition
11.	Kaspersky Endpoint Security 11
12.	Corel VideoStudio Pro X4
13.	Astra Linux Special Edition
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
14.	Яндекс Браузер
15.	STDUViewer
16.	Telegram

## 6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

	<i>Электронно-библиотечные системы</i>	<i>Ссылка на ресурс</i>
1	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	<a href="http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp">http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp</a>
2	Электронно-библиотечная система IPRbooks	<a href="https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a">https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a</a>
3	«Сетевая электронная библиотека вузов физкультуры и спорта» (ООО ЭБС «Лань»)	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
4	Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» [электронный ресурс]	<a href="http://window.edu.ru/window">http://window.edu.ru/window</a>
5	Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	<a href="http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/">http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/</a>
6	Библиотека международной спортивной информации [электронный ресурс]	<a href="http://bmsi.ru/">http://bmsi.ru/</a>
7	Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»	<a href="https://cyberleninka.ru/">https://cyberleninka.ru/</a>
8	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	<a href="https://elibrary.ru">https://elibrary.ru</a>
9	Российская электронная база научных публикаций Scholar.ru	<a href="http://www.scholar.ru/">http://www.scholar.ru/</a>
10	ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн»	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&amp;view=main_ub">http://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&amp;view=main_ub</a>
11	Российская государственная библиотека	<a href="https://www.rsl.ru/">https://www.rsl.ru/</a>

### 7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

### 8 Материально-техническое обеспечение дисциплины

<i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся</i>	<i>Оборудование и технические средства обучения</i>
<p>аудитория № 7 учебная аудитория для проведения учебных занятий, лаборатория</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная, кушетка), стол преподавателя, стул преподавателя;</li> <li>2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии;</li> <li>3. Учебно-наглядные пособия: плакаты;</li> <li>4. Лабораторное оборудование: весы медицинские, программно-аппаратный комплекс ПАКФ-Мираж, прибор БОС КГР Мираж-1, ростомер, велоэргометр, система АПК «Омега-м/с», динамометры кистевые, метроном, пульсометры, спирометры, становой динамометр, тонометры.</li> </ol>
<p>аудитория № 248 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</li> <li>2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, акустическая система.</li> </ol>
<p>аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</li> <li>2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.</li> </ol>

*Учебные аудитории для  
проведения учебных занятий и  
помещения для самостоятельной  
работы обучающихся*

*Оборудование и технические средства обучения*