

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Демченко Андрей Михайлович  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 04.06.2026 09:59:08  
Уникальный программный ключ:  
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

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  
и воспитательной работе  
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«30» апреля 2026 г.

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

#### Врачебно-педагогическое тестирование (Б1.В.ДВ.02.01)

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.01 Физическая культура</i>
<b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b>	<i>«Физкультурно-оздоровительная деятельность»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>бакалавр</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2026</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 5 семестр заочная: 5 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачетных единиц: 2 часов: 72</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>зачёт</i>

Разработчик рабочей программы:

Ардашев А.Е., к.м.н.,  
доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры АФКиМБД  
Протокол от «17» марта 2026 г. №18

Рабочая программа одобрена на заседании УМС  
Протокол от «16» апреля 2026 г. №9

Чайковский 2026

## 1 Цели и задачи освоения дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины

Целью дисциплины является формирование у обучающихся знаний и навыков врачебно-педагогического сопровождения в физкультурно-оздоровительных занятиях.

### 1.2 Задачи дисциплины

- ознакомить с вопросами организации спортивно-медицинской службы;
- ознакомить с методами врачебных исследований;
- ознакомить с основами организации врачебного контроля над физкультурниками и спортсменами;
- ознакомить с принципами выявления и профилактики состояний перенапряжения у спортсменов;
- обучить подходам к коррекции тренировок и занятий, основанных на результатах врачебно-педагогического контроля.

### 2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Врачебно-педагогическое тестирование» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока «Дисциплины» и является дисциплиной по выбору.

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-педагогическое тестирование» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
ПК-5 Способен определять физическое состояние населения с использованием методов фитнес-тестирования.	<b>ПК-5.1 Знает</b> методы фитнес-тестирования для определения физического состояния населения. <b>ПК-5.2 Умеет</b> определять физическое состояние населения с помощью методов фитнес-тестирования. <b>ПК-5.3 Имеет опыт</b> определения физического состояния населения на основе методов фитнес-тестирования.
ПК-6 Способен разрабатывать индивидуальные программы занятий фитнесом.	<b>ПК-6.1 Знает</b> методики подбора упражнений, видов фитнес-тренировок в соответствии с анатомо-физиологическими особенностями человека.
05.013 «Специалист по продвижению фитнес-услуг» / ОТФ: А. Организация продвижения фитнес-услуг среди населения В. Оказание населению фитнес-услуг по индивидуальным программам 05.017 «Специалист по фитнесу (фитнес-тренер)» /ОТФ: А. Реализация фитнес-услуг в водной среде (аквафитнес) В. Реализация фитнес-услуг по специализациям (направлениям) фитнеса в зале, на свежем воздухе	

## 3 Объем дисциплины и виды учебной работы

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		5 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	24/0	24/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	36/0	36/0
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	72	72
		<i>в академических часах</i>	
		2	2
		<i>в зачетных единицах</i>	

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		5 семестр	Всего
1	Контактная работа	10	10
1.1	Занятия лекционного типа	4	4

1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	6/0	6/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	62/4	62/4
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	<i>в академических часах</i> 72	72
		<i>в зачетных единицах</i> 2	2

#### 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	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
		всего	в т.ч. в форме практической подготовки			
1	Общая характеристика методов врачебного исследования. Сбор анамнеза.	2	0	0	2	4
2	Осмотр.	2	2	0	4	8
3	Антропометрия.	2	4	0	6	12
4	Оценка физического развития.	0	2	0	2	4
5	Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку.	0	4	0	4	8
6	Функциональное тестирование.	2	4	0	6	12
7	Определение физической работоспособности.	0	4	0	4	8
8	Организация врачебного контроля. Врачебный контроль на тренировках и соревнованиях.	0	2	0	2	4
9	Программа углублённых медицинских обследований для физкультурников и спортсменов.	0	2	0	2	4
10	Структура заболеваемости у спортсменов. Перенапряжение сердечно-сосудистой, иммунной, пищеварительной, мочевыделительной и системы крови.	2	0	0	2	4
11	Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата.	2	0	0	2	4
	Итого:	12	24	0	36	72

##### 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		
1	Общая характеристика методов врачебного исследования. Сбор анамнеза.	0	0,5	0	3	3,5
2	Осмотр.	0	0,5	0	3	3,5
3	Антропометрия.	0	1	0	6	7
4	Оценка физического развития.	0		0	6	6
5	Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку.	0	1	0	6	7
6	Функциональное тестирование.	0	1	0	6	7
7	Определение физической работоспособности.	0	2	0	8	10
8	Организация врачебного контроля. Врачебный контроль на тренировках и соревнованиях.	1	0	0	6	7
9	Программа углублённых медицинских обследований для физкультурников и спортсменов.	1	0	0	6	7
10	Структура заболеваемости у спортсменов. Перенапряжение сердечно-сосудистой, иммунной, пищеварительной, мочевыделительной и системы крови.	1	0	0	6	7
11	Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата.	1	0	0	6	7
Итого:		<b>4</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>62</b>	<b>72</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
	<i>Тема Общая характеристика методов врачебного исследования. Сбор анамнеза.</i>
1	<p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Общая характеристика методов врачебного исследования. Сбор анамнеза.</p> <p>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> Подготовка к практическому занятию «Общая характеристика методов исследования. Сбор анамнеза».</p>
	<i>Тема Осмотр</i>
2	<p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Осмотр.</p> <p>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.</i> Осмотр.</p> <p>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>

	<i>Самостоятельная работа.</i> Повторение лекционного материал. Подготовка к практическому занятию «Осмотр».
	<i>Тема Антропометрия</i>
3	<p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Антропометрия.          Правила проведение 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.</i> Антропометрия.          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>
	<i>Тема Оценка физического развития</i>
4	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 4.</i> Оценка физического развития.          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.</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>
	<i>Тема Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку</i>
5	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5-6.</i> Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку.          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> Подготовка к практическому занятию «Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку».</p>
	<i>Тема Функциональное тестирование</i>
6	<p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Функциональное тестирование.          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 Бюркера; алгоритм проведения, оценка, применение.</p> <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.          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 Бюркера; алгоритм проведения, оценка, применение.</p>

	<i>Самостоятельная работа.</i> Повторение лекционного материала. Подготовка к практическому занятию по теме: «Функциональное тестирование».
	<i>Тема Определение физической работоспособности</i>
7	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 9-10.</i> Определение физической работоспособности. Общие представления о физической работоспособности. Определение физической работоспособности по величине МПК. Прямые и косвенные 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(V)</sub> со специфическими нагрузками циклического характера (общие представления). <i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка к практическому занятию по теме: «Определение физической работоспособности».
	<i>Тема Врачебный контроль на тренировках и соревнованиях. Врачебный контроль за юными спортсменами</i>
8	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 11.</i> Организация врачебного контроля. Врачебный контроль на тренировках и соревнованиях. Задачи врачебных-педагогических наблюдений. Организация врачебно-педагогических наблюдений: этапные, текущие, оперативные обследования. Самоконтроль спортсмена. 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. <i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка к практическому занятию «Врачебный контроль за юными спортсменами».
	<i>Тема Программа углублённых медицинских обследований для физкультурников и спортсменов.</i>
9	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 12.</i> Организация углублённых медицинских обследований физкультурников и спортсменов. Периодичность углублённых медицинских обследований для физкультурников и спортсменов на различных этапах многолетней спортивной подготовки. Содержание программы углублённых медицинских обследований физкультурников, спортсменов на различных этапах многолетней спортивной подготовки. <i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка к практическому занятию «Программа углублённых медицинских обследований для физкультурников и спортсменов».
	<i>Тема Структура заболеваемости у спортсменов. Перенапряжение сердечно-сосудистой, иммунной, пищеварительной, мочевыделительной и системы крови.</i>
10	<i>Занятие лекционного типа 5.</i> Структура заболеваемости у спортсменов: структура общей заболеваемости у спортсменов: 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 напряжения пищеварительной системы: печеночный болевой синдром, перенапряжение системы мочевого выделения (протеинурический и гематурический синдромы), перенапряжение системы крови (спортивная анемия). <i>Самостоятельная работа.</i> Работа с учебно-методической литературой по теме: «Структура заболеваемости у спортсменов. Перенапряжение сердечно-сосудистой, иммунной, пищеварительной, мочевыделительной и системы крови».
11	<i>Тема Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата</i>

<p><i>Занятие лекционного типа б.</i> Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Острые повреждения опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Хроническое физическое перенапряжение: мышц, сухожилий, суставного хряща, костной ткани.</p> <p>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: растяжение и разрыв мышц; растяжение и разрыв сухожилий; переломы костей. Тактика тренера.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с учебно-методической литературой по теме: «Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата».</p>
--

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

Раздел, темы	Содержание
	<i>Тема Общая характеристика методов врачебного исследования. Сбор анамнеза.</i>
1	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 1.</i> Общая характеристика методов врачебного исследования. Сбор анамнеза.</p> <p>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> Подготовка к семинарскому занятию «Общая характеристика методов исследования. Сбор анамнеза». Подготовка к зачёту.</p>
	<i>Тема Осмотр</i>
2	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 1.</i> Осмотр.</p> <p>Правила проведение осмотра, порядок и последовательность. Осмотр головы, плечевого пояса, позвоночника, грудной клетки, живота, конечностей. Изучение особенностей осанки, состояния опорно-двигательного аппарата, телосложения.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка к семинарскому занятию «Осмотр». Подготовка к зачёту.</p>
	<i>Тема Антропометрия</i>
3	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 1.</i> Антропометрия.</p> <p>Закрепление правила проведения антропометрических измерений. Ознакомление с инструментарием для проведения антропометрии.</p> <p>Отработка навыков антропометрических измерений. Измерение веса. Измерение роста стоя и сидя. Измерение длины туловища. Измерение окружности головы и шеи. Измерение ширины плеч.</p> <p>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>Определение жирового, мышечного, костного компонентов состава тела.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с учебно-методической литературой по теме «Антропометрия». Самостоятельное измерение антропометрических показателей. Подготовка к зачёту.</p>
	<i>Тема Оценка физического развития</i>
4	<p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с учебно-методической литературой по теме «Оценка физического развития».</p> <p>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. Подготовка к зачёту.</p>
5	<i>Тема Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку</i>

	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку.</p> <p>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> Подготовка к практическому занятию «Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку». Подготовка к зачёту.</p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Функциональное тестирование</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Функциональное тестирование.</p> <p>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 клиноостатическая пробы; алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с натуживанием – проба Флэка и проба Бюргера; алгоритм проведения, оценка, применение.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка к практическому занятию по теме: «Функциональное тестирование». Подготовка к зачёту.</p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Определение физической работоспособности</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3</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>af</sub> (алгоритм проведения, принципы оценки), PWC<sub>170(V)</sub> со специфическими нагрузками циклического характера (общие представления).</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с литературой по теме «Функциональное тестирование». Подготовка к зачёту.</p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Организация врачебного контроля. Врачебный контроль на тренировках и соревнованиях.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Задачи врачебно-педагогических наблюдений. Организация врачебно-педагогических наблюдений: этапные, текущие, оперативные обследования. Самоконтроль спортсмена. Врачебный контроль за юными спортсменами. 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> Работа с литературой по теме «Организация врачебного контроля. Врачебный контроль на тренировках и соревнованиях». Подготовка к зачёту.</p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Программа углублённых медицинских обследований для физкультурников и спортсменов.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Организация углублённых медицинских обследований физкультурников и спортсменов. Периодичность углублённых медицинских обследований для физкультурников и спортсменов на различных этапах многолетней спортивной подготовки. Содержание программы углублённых медицинских обследований физкультурников, спортсменов на различных этапах многолетней спортивной подготовки.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с литературой по теме «Программа углублённых медицинских обследований для физкультурников и спортсменов». Подготовка к зачёту.</p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Структура заболеваемости у спортсменов. Перенапряжение сердечно-сосудистой, иммунной, пищеварительной, мочевыделительной и системы крови.</i></p>

	<p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Структура заболеваемости у спортсменов: структура общей заболеваемости у спортсменов: 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 напряжения 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. Перенапряжение сердечно-сосудистой, иммунной, пищеварительной, мочевыделительной и системы крови». Подготовка к зачёту.</p>
	<p><i>Тема Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата</i></p>
11	<p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Хроническое физическое перенапряжение: мышц, сухожилий, суставного хряща, костной ткани. Хроническое физическое перенапряжение мышц: острый мышечный спазм, миозит, миофиброз, нейрмиозит. 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: растяжение и разрыв мышц; растяжение и разрыв сухожилий; переломы костей. Тактика тренера.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с учебно-методической литературой по теме: «Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата». Подготовка к зачёту.</p>

## 6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 6.1 Рекомендуемая литература

#### 6.1.1 Обязательная литература

1. Власов, В. Н. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре. Практикум : учебное пособие для вузов / В. Н. Власов. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 172 с. — ISBN 978-5-8114-9135-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/187634> (дата обращения: 25.10.2022).
2. Практическая спортивная медицина для тренеров / Г. А. Макарова, А. А. Матишев, М. А. Виноградов [и др.] ; под общей редакцией Г. А. Макаровой. — Москва : Спорт-Человек, 2022. — 624 с. — ISBN 978-5-907225-85-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/234428>.

#### 6.1.2 Дополнительная литература

3. Руководство к практическим занятиям по врачебному контролю : учебно-методическое пособие / А. Н. Выходцев, В. К. Пашков, Е. Н. Пашкова, Л. И. Шпилева. — 2-е изд. — Томск : СибГМУ, 2018. — 103 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/138679>.
4. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия : учебное пособие / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова ; художник А. Ю. Литвиненко. — Москва : Спорт-Человек, 2018. — 712 с. — ISBN 978-5-906839-52-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/107259> (дата обращения: 27.10.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Макарова, Г. А. Оптимизация постнагрузочного восстановления спортсменов (методология и частные технологии) / Г. А. Макарова. — Москва : Спорт-Человек, 2017. — 160 с. — ISBN 978-5-906839-88-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97542>.

## 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.	Kaspersky Endpoint Security 12
2.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
3.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
4.	Astra Linux Special Edition
5.	СПС Гарант
6.	MOODL
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
7.	Яндекс Браузер
8.	Kinovea
9.	STDUViewer
10.	MAX
11.	VLC
12.	PDF 24

### 6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

№ п.п.	Электронно-библиотечные системы	Ссылка на ресурс
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 «IPR SMART»	<a href="https://www.iprbookshop.ru/">https://www.iprbookshop.ru/</a>
3.	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>
4.	Справочная правовая система «Консультант плюс»	<a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a>

## 7 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, электрокардиограф, регистратор эргоспирометрических показателей «Марафон»</li> </ol>
<p>аудитория № 248 учебная аудитория для проведения учебных занятий 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 № 321 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</li> </ol>
<p>аудитория № 207 помещение для самостоятельной</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</li> </ol>

<p>работы обучающихся</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии</p>
---	--