



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»



УТВЕРЖДАЮ  
Декан ФФКиСМ  
Р.А. Козлов

06.02.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

***МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ***

Направление подготовки (специальность)  
44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль/специализация) программы  
Психолого-педагогическое сопровождение спортивной, физкультурной и оздоровительной  
деятельности

Уровень высшего образования - магистратура

Форма обучения  
очная

Институт/ факультет	Факультет физической культуры и спортивного мастерства
Кафедра	Спортивного совершенствования
Курс	1
Семестр	1

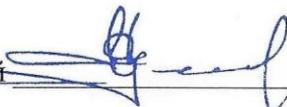
Магнитогорск  
2023 год

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 127)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Спортивного совершенствования

31.01.2023, протокол № 5

Зав. кафедрой

  
В.В. Алонцев

Рабочая программа одобрена методической комиссией ФФКиСМ

06.02.2023 г. протокол № 4

Председатель

  
Р.А. Козлов

Зав. кафедрой Психологии

  
О.П. Степанова

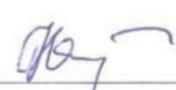
Рабочая программа составлена:

профессор кафедры СС, д-р мед. наук

  
Е.Н.Котышева

Рецензент:

доцент кафедры ФК, канд. мед. наук

  
Н.Н. Котляр

## Лист актуализации рабочей программы

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2024 - 2025 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ В.В. Алонцев

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2025 - 2026 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ В.В. Алонцев

### **1 Цели освоения дисциплины (модуля)**

формирование способности планировать и осуществлять физкультурно-оздоровительную, спортивную деятельность среди детей и взрослых

### **2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Дисциплина Медико-биологическое обеспечение физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности входит в часть учебного плана формируемую участниками образовательных отношений образовательной программы.

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин/ практик:

Знание курса «Биология» в объеме средней образовательной школы

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы для изучения дисциплин/практик:

Историко-теоретические и методические основы физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности

Современные физкультурно-оздоровительные технологии

Учебная - ознакомительная практика

Физкультурно-оздоровительная и спортивная деятельность среди детей и взрослых

Организация физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и судейство

Технологии физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности

Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

### **3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) и планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины (модуля) «Медико-биологическое обеспечение физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции
ПК-2	Способен планировать и осуществлять физкультурно-оздоровительную, спортивную деятельность среди детей и взрослых
ПК-2.1	Разрабатывает программно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной, спортивной деятельности среди детей и взрослых с учетом анатомо-физиологических особенностей организма
ПК-2.2	Организует физкультурно-оздоровительную, спортивную деятельность как дополнительную образовательную программу
ПК-2.3	Осуществляет педагогический контроль и оценку физкультурно-оздоровительной, спортивной деятельности



<p>3.1 Физиологическое спортивное сердце. Методы исследования спортивного сердца. Предпатологические состояния и патологические изменения сердечно-сосудистой системы при занятиях спортом. Поражения сердца при остром физическом перенапряжении. Клиника. Патогенез поражений сердца. Восстановительные мероприятия. Профилактика. Прогноз. Поражение сердца при хроническом перенапряжении. Клиника. Восстановительные мероприятия. Профилактика. Прогноз. Заболевания и повреждения нервной системы. Астения. Неврозы. Три основных вида неврозов – неврастения, истерия, невроз навязчивых состояний. Понятие невропатии. Профилактика неврозов. Заболевания и повреждения периферических нервов. Восстановительные мероприятия и профилактика. Синдром перенапряжения нервно-мышечного аппарата (мышечно-болевого синдром). Клиническая характеристика синдромов. Нарушения иммунной системы и системы крови (иммунодефициты, анемии). Нарушение лактатного метаболизма. Нарушения системы дыхания, астма физического усилия. Острые и хронические заболевания почек. Пиелонефрит. Восстановительные мероприятия. Почечнокаменная болезнь. Восстановительные мероприятия. Гемоглобинурия при остром физическом перенапряжении. Миоглобинурия. Поражение почек при</p>	1	2		6	10	<p>Подготовка к практическому занятию Самостоятельное изучение учебной и научно литературы</p>	<p>Устный ответ на практическом занятии Тестирование</p>	<p>ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3</p>
---	---	---	--	---	----	--	--	---------------------------------------

Итого по разделу	2		6	10			
4. Травматизм в спорте							
4.1 Травматизм мягких тканей у спортсменов. Патология, повреждение мягких тканей. Мышечные разрывы. Дегенеративные изменения и разрыв сухожилий. Повреждение в местах прикрепления мышц. Лечение поврежденных мягких тканей. Травмы костной ткани нижних, верхних конечностей и грудной клетки. Сотрясение мозга. Гравитационный шок. Дисбаланс систем организма в спорте высших достижений	1	4	6	22	Подготовка к практическому занятию Самостоятельное изучение учебной и научно литературы	Устный ответ на практическом занятии Тестирование	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3
Итого по разделу	4		6	22			
5. Питание спортсменов							
5.1 Концепция сбалансированного питания. Витамины в спортивной деятельности. Питьевой режим спортсмена. Белки, жиры, углеводы и минеральные вещества. Потребность организма спортсмена в белках, жирах, углеводах в зависимости от вида спорта и тренировочного периода. Физиологическая потребность спортсмена группы продуктов. Режим питания и график тренировок	1	4	6	23	Подготовка к практическому занятию Самостоятельное изучение учебной и научно литературы	Устный ответ на практическом занятии Тестирование	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3
Итого по разделу	4		6	23			
6. Фармакологическая и физиотерапевтическая коррекция							

б.1 Витамины. Коферменты, производные витаминов. Минералы. Микроэлементы. Энзимы. Адаптогены. Антиоксиданты. Антигипоксанты. Анаболизующие препараты. Психоэнергизаторы. Макроэрги. Иммуномодуляторы. Регуляторы нервно-психического статуса. Гепатопротекторы. Актопротекторы. Стимуляторы кровотока и кровообращения. Аминокислоты. Основные принципы лечебного применения физических факторов у спортсменов. Классификация физиотерапевтических методов. Применение факторов электромагнитной, механической и термической природы в лечении спортсменов. Лечебные физические факторы в медицинской реабилитации спортсменов	1	2	4	20,2	Подготовка к практическому занятию Самостоятельное изучение учебной и научно литературы	Устный ответ на практическом занятии Тестирование	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3
Итого по разделу		2	4	20,2			
Итого за семестр		16	32	93,2		экзамен	
Итого по дисциплине		16	32	93,2		экзамен	

## **5 Образовательные технологии**

1. Проблемная лекция. Проблемная лекция начинается с вопросов, с постановки проблемы, которую в ходе изложения материала необходимо решить. При этом выдвигаемая проблема не имеет однотипного готового решения. Данный тип лекции строится таким образом, что деятельность студента по ее усвоению приближается к поисковой, исследовательской. Обязателен диалог преподавателя и студентов.

2. Информационные лекции

3. Лекция с разбором конкретной ситуации; студенты совместно анализируют и обсуждают представленный материал.

На практических занятиях используются следующие приемы:

1. Работа в команде – совместная деятельность студентов в группе под руководством лидера, направленная на решение общей задачи путем творческого сложения результатов индивидуальной работы членов команды с делением полномочий и ответственности.

2. Обсуждение реферативных работ.

3. Решение ситуационных задач, требующих имитации действий при определенных состояниях.

4. Элементы «мозгового штурма».

5. Тесты.

## **6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Представлено в приложении 1.

## **7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации**

Представлены в приложении 2.

## **8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

### **а) Основная литература:**

1. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453942>

2. Мицан, Е.Л. Психология детей дошкольного возраста с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Е.Л. Мицан ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2017. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Режим доступа: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=2820.pdf&show=dcatalogues/1/1133040/2820.pdf&view=true>.

Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449010>

### **б) Дополнительная литература:**

1. Рубанович, В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 253 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11150-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456982>

2. Мицан, Е.Л. Лечебный массаж [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.Л.

Мицан. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Режим доступа: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=1276.pdf&show=dcatalogues/1/1123471/1276.pdf&view=true>.

3. Мицан, Е. Л. Технология физического развития дошкольников с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Е.Л. Мицан. - Магнитогорск : МГТУ, 2017. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Режим доступа: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=2926.pdf&show=dcatalogues/1/1134556/2926.pdf&view=true>.

#### в) Методические указания:

1. Ильина, И. В. Медицинская реабилитация. Практикум : учебное пособие для вузов / И. В. Ильина. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 393 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01250-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452961>

2. Самостоятельная работа студентов вуза : практикум / составители: Т. Г. Неретина, Н. Р. Уразаева, Е. М. Разумова, Т. Ф. Орехова ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2019. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3816.pdf&show=dcatalogues/1/1530261/3816.pdf&view=true>. - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также

#### г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

##### Программное обеспечение

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
MS Office 2007 Professional	№ 135 от 17.09.2007	бессрочно
7Zip	свободно	бессрочно
FAR Manager	свободно	бессрочно

##### Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Название курса	Ссылка
Университетская информационная система РОССИЯ	<a href="https://uisrussia.msu.ru">https://uisrussia.msu.ru</a>
Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова	<a href="https://magtu.informsystema.ru/Marc.html?locale=ru">https://magtu.informsystema.ru/Marc.html?locale=ru</a>
Российская Государственная библиотека. Каталоги	<a href="https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/">https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/</a>
Информационная система - Единое окно доступа к информационным ресурсам	URL: <a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>
Поисковая система Академия Google (Google Scholar)	URL: <a href="https://scholar.google.ru/">https://scholar.google.ru/</a>
Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного	URL: <a href="https://elibrary.ru/project_risc.asp">https://elibrary.ru/project_risc.asp</a>
Электронная база периодических изданий East View Information Services,	<a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a>

#### 9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа Доска, мультимедийные средства хранения, передачи и представления информации.

Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации Доска, мультимедийный проектор, экран

Помещения для самостоятельной работы обучающихся Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета

Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования Стеллажи для хранения учебно-наглядных пособий и учебно-методической документации.

## Приложение 1

### ***Перечень заданий для самостоятельной подготовки:***

1. В каком году была принята новая редакция «Закона о физической культуре и спорте»?

- а) в 1987 г;
- б) в 1993 г.;
- в) в 2003 г;
- г) в 2007 г.;

2. Какой темп ходьбы считается очень быстрым?

- а) 130 шагов в минуту;
- б) 150 шагов в минуту;
- в) 120 шагов в минуту;
- г) 140 шагов в минуту;

3. Что такое аутотренинг?

- а) идеомоторная тренировка;
- б) воздействие словом для психической саморегуляции;
- в) воздействие гипнозом для психической саморегуляции;
- г) тренировка с использованием автомобиля для психической саморегуляции;

4. Какой возрастной период не имеет место в возрастной классификации?

- а) второй период зрелого возраста;
- б) молодой возраст;
- в) первый период зрелого возраста;
- г) первый период среднего возраста;

5. Какие двигательные режимы используются в санаториях?

- а) спортивно-тренирующий;
- б) щадяще-укрепляющий;
- в) укрепляющий;
- г) щадящий;

6. Что входит в понятие «физическое состояние человека»

- а) реальное материальное благосостояние;
- б) сумма специальных знаний в области физики;
- в) физическое развитие и физическая подготовленность;
- г) физическая возможность в приобретении спортивной экипировки и инвентаря;

7. Какой вид утомления более опасен для организма человека?

- а) физический;
- б) умственный;
- в) эмоционально-потенциальный;
- г) профессиональный;

8. Какие исходные положения преимущественно вы будете использовать при занятиях физическими упражнениями с лицами среднего и пожилого возраста?

- а) стоя;
- б) стоя и в висе;
- в) сидя и лежа;
- г) сидя и в висе;

9. Какая цель закаливания организма?

- а) повышение устойчивости организма к низким и высоким температурам;
- б) повышение устойчивости организма к средним температурам;
- в) повышение устойчивости к утомлению;
- г) повышение спортивных результатов в тяжелой атлетике;

10. Что такое «гипокинезия»?

- а) недостаток физических усилий на движения;
- б) недостаток движений;

- в) недостаточное количество спортивных кинофильмов; .
- г) недостаточная нагрузка в спортивной тренировке;

11. Что такое «гиподинамия»?

- а) недостаток движений;
- б) очень большая физическая нагрузка; .
- в) недостаточное количество спортивных телепередач;
- г) недостаток физических усилий на движения;

12. С какой целью необходимо развивать общую выносливость у взрослого населения?

- а) для укрепления сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- б) для улучшения аппетита;
- в) для увеличения веса выносимого груза из помещения;
- г) для более длительного сохранения сна;

13. Какое назначение имеет развитие гибкости для взрослого населения?

- а) для улучшения обменных процессов в опорно-двигательном аппарате;
- б) для наращивания мышечной массы;
- в) для подготовки и участия в показательных выступлениях;
- г) для достижения высоких спортивных результатов в боксе;

14. Какое значение имеют дыхательные и релаксационные упражнения в ОФК?

- а) для подготовки к старту;
- б) для снятия чрезмерного социального напряжения;
- в) для восстановления дыхания и ЧСС после выполнения интенсивных физических упражнений;
- г) для укрепления и развития мышечной системы;

15. Какие симптомы не относятся к возрастным жалобам взрослого населения?

- а) постоянные или периодические боли в душе;
- б) боли в области сердца;
- в) раздражительность, бессонница;
- г) общая слабость, быстрая утомляемость;

16. Какие функциональные системы наиболее выражено совершенствуются при развитии выносливости?

- а) нервная;
- б) выделительная;
- в) сердечно-сосудистая и дыхательная;
- г) эндокринная;

17. Какой тест на велоэргометре используется в ОФК для определения физической работоспособности?

- а) PWC – 180;
- б) PWC – 130;
- в) PWC – 170;
- г) PWC – 150;

18. Какую функцию выполняет комната психологической разгрузки?

- а) укрепляет мышечную систему;
- б) восстанавливает работоспособность;
- в) активизирует работу внутренних органов;
- г) снимает чрезмерное психоэмоциональное состояние;

20. Какие виды здоровья Вы знаете?

- а) соматическое, физическое, психическое;
- б) физическое, систематическое, психическое;
- в) нравственное, соматическое, стабильное;
- г) социальное, нравственное, устойчивое;

21. На сколько процентов зависит уровень здоровья от образа жизни?

- а) не зависит;
- б) на 20%;
- в) на 10%;
- г) на 50%;

22. Какие компоненты входят в состав ЗОЖ?

- а) рациональное питание, закаливание, оптимальный двигательный режим;
- б) закаливание, режим труда, профессиональный спорт;
- в) жилищные условия, борьба с вредными привычками, экономика;

г) медицинская активность, законодательство, вредные привычки;

***Перечень тем для самостоятельной подготовки:***

1. Затраты энергии спортсмена в зависимости от вида спорта.
2. Питьевой режим спортсмена.
3. Особенности питания в зависимости от вида спорта, времени года, стадии тренировочного процесса.
4. Роль витаминов в тренировочной деятельности спортсменов. Нормы потребления.
5. Допинг. Понятие допинга.
6. Действие допинга.
7. Понятие о дозировке фармакологических средств.
8. Какие вещества медицинская комиссия МОК относит к допингу.
9. Запрещенные методы фармакологической коррекции.
10. Средства восстановления спортивной работоспособности.
11. Гидробальнеотерапия.
12. Иглорефлексотерапия.
13. Фармакологические средства профилактики переутомления.
14. Фармакологические средства восстановления работоспособности.
15. Причины возникновения спортивных травм.
16. Наиболее характерные травмы и заболевания опорно-двигательного аппарата в зависимости от вида спорта.
17. Фармакологические препараты спорта.
18. Управление работоспособности спортсмена.
19. Фармакология этапов в подготовке спортсменов.
20. Фармакология соревнований.
21. Фармакология восстановления.
22. Коррекция отдельных состояний в спорте.
23. Натуральная фармакология.
24. Препараты, снижающие работоспособность спортсмена.
25. Нелекарственные средства восстановления.
26. Сроки выведения некоторых препаратов.

27. Лечебные факторы электромагнитной природы. Особенности применения в спорте.
28. Лечебные факторы механической природы. Особенности применения в спорте.
29. Лечебные факторы термической природы. Особенности применения в спорте.
30. Лечебные физические факторы в медицинской реабилитации. Особенности применения в спорте.
31. Природные лечебные факторы. Особенности применения в спорте.
32. Современные подходы к использованию достижений биологии и медицины в тренировочном процессе.
33. Санаторно-курортное лечение спортсменов.

## Приложение 2

### Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
<b>ПК-2: Способен планировать и осуществлять физкультурно-оздоровительную, спортивную деятельность среди детей и взрослых</b>		
<b>ПК-2.1:</b>	<b>Разрабатывает программно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной, спортивной деятельности среди детей и взрослых с учетом анатомо-физиологических особенностей организма</b>	<b>Теоретические вопросы:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Адаптогены.</li> <li>2. Актопротекторы.</li> <li>3. Аминокислоты.</li> <li>4. Анаболизующие препараты.</li> <li>5. Антигипоксанты.</li> <li>6. Антиоксиданты.</li> <li>7. Белки, жиры, углеводы и минеральные вещества.</li> <li>8. Витамины.</li> <li>9. Гепатопротекторы.</li> <li>10. Гравитационный шок.</li> <li>11. Дегенеративные изменения и разрыв сухожилий.</li> <li>12. Деление медицинских противопоказаний на абсолютные, относительные и временные.</li> <li>13. Детренированное сердце.</li> <li>14. Заболеваемость спортсменов и её структура.</li> <li>15. Иммуномодуляторы.</li> <li>16. Классификация причин заболеваний и смертности у спортсменов</li> </ol>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		<p>17. Классификация физиотерапевтических методов.</p> <p>18. Концепция сбалансированного питания.</p> <p>19. Коферменты, производные витаминов.</p> <p>20. Лечебные физические факторы в медицинской реабилитации спортсменов.</p> <p>21. Лечение поврежденных мягких тканей.</p> <p>22. Макроэрги.</p> <p>23. Микроэлементы.</p> <p>24. Минералы.</p> <p>25. Мышечные разрывы.</p> <p>26. Недостаточная или чрезмерная нагрузка.</p> <p>27. Основные нарушения в организме, связанные с физкультурно-спортивной деятельностью.</p> <p>28. Основные понятия, механизм формирования перетренированности спортсменов.</p> <p>29. Режим питания и график тренировок.</p> <p>30. Сотрясение мозга.</p> <p>31. Способы управления процессами, приводящими к переутомлению и перетренированности.</p> <p>32. Стимуляторы кроветворения и кровообращения.</p> <p>33. Структура заболеваемости спортсменов.</p> <p>34. Физиологическая потребность спортсмена группы продуктов.</p> <p>35. Энзимы.</p> <p><b>Практические задания:</b></p> <p>1. Определение оптимальной нагрузки.</p> <p>2. Меры профилактики спортивного травматизма.</p> <p>3. Травматизм мягких тканей у спортсменов.</p> <p>4. Травматизм мягких тканей у спортсменов.</p> <p>5. Травмы костной ткани нижних,</p>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		<p>верхних конечностей и грудной клетки.</p> <p>6. Факторы, способствующие появлению спортивных травм.</p> <p><b>Задачи из профессиональной области:</b></p> <p>1. Разработать программно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной, спортивной деятельности среди детей и взрослых с учетом анатомо-физиологических особенностей организма</p>
<p><b>ПК2.2:</b></p>	<p><b>Организует физкультурно-оздоровительную, спортивную деятельность как дополнительную образовательную программу</b></p>	<p><b>Теоретические вопросы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основные принципы лечебного применения физических факторов у спортсменов.</li> <li>2. Основные принципы фармакологической и физиотерапевтической коррекции состояния спортсмена</li> <li>3. Основные требования к питанию спортсмена с учетом возраста, пола, характером физкультурно-спортивной деятельности.</li> <li>4. Основные факторы риска, приводящие к заболеваемости и смертности спортсменов.</li> <li>5. Основы спортивного травматизма.</li> <li>6. Повреждение в местах прикрепления мышц.</li> <li>7. Применение факторов электромагнитной, механической и термической природы в лечении спортсменов.</li> <li>8. Психоэнергизаторы.</li> <li>9. Регуляторы нервно-психического статуса.</li> </ol> <p><b>Практические вопросы:</b></p> <p>1. Выявление признаков</p>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		<p>перетренированности. Выявление причин перетренированности.</p> <p>2. Определение стадии перетренированности.</p> <p>3. Уметь оценивать возможности применения следующих групп фармакологических препаратов, повышающих работоспособности и уменьшающих риск развития утомления и переутомления:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Витамины.</li> <li>– Коферменты, производные витаминов.</li> <li>– Минералы.</li> <li>– Микроэлементы.</li> <li>– Энзимы.</li> <li>– Адаптогены.</li> <li>– Антиоксиданты.</li> <li>– Антигипоксанты.</li> <li>– Анаболизующие препараты.</li> <li>– Психоэнергизаторы.</li> <li>– Макроэрги.</li> <li>– Иммуномодуляторы.</li> <li>– Регуляторы нервно-психического статуса.</li> <li>– Гепатопротекторы.</li> <li>– Актопротекторы.</li> <li>– Стимуляторы кроветворения и кровообращения.</li> <li>– Аминокислоты.</li> </ul> <p>4. Классификация физиотерапевтических методов.</p> <p>5. Применение факторов электромагнитной, механической и термической природы в лечении спортсменов.</p> <p>6. Лечебные физические факторы в медицинской реабилитации спортсменов.</p> <p>7. Минеральные вещества и роль в оздоровлении спортсменов.</p> <p><b>Задачи из профессиональной области:</b></p> <p>1. Провести оценку питания спортсмена с учетом возраста, пола, характером физкультурно-спортивной деятельности.</p>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Потребность организма спортсмена в белках, жирах, углеводах в зависимости от вида спорта и тренировочного периода.</li> <li>3. Поливитаминные препараты в комплексе оздоровления спортсменов.</li> <li>4. Управление работоспособностью спортсмена.</li> <li>5. Основные принципы лечебного применения физических факторов у спортсменов</li> </ol>
ПК-2.3	<p><b>Осуществляет педагогический контроль и оценку физкультурно-оздоровительной, спортивной деятельности</b></p>	<p><b>Теоретические вопросы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Астения.</li> <li>2. Неврозы.</li> <li>3. Три основных вида неврозов – неврастения, истерия, невроз навязчивых состояний.</li> <li>4. Понятие невропатии.</li> <li>5. Дисбаланс физиологических систем организма в спорте высших достижений.</li> <li>6. Уровни организации организма человека как целостной биологической системы.</li> <li>7. Этапы индивидуального развития человека.</li> <li>8. Телосложение человека.</li> <li>9. Анатомическая характеристика положений и движений тела человека</li> <li>10. Система кровообращения. Физиологическое спортивное сердце. Методы исследования спортивного сердца.</li> <li>11. Предпатологические состояния и патологические изменения сердечно-сосудистой системы при занятиях спортом.</li> <li>12. Поражения сердца при остром физическом перенапряжении. Клиника. Патогенез поражений сердца. Восстановительные мероприятия. Профилактика. Прогноз.</li> <li>13. Поражение сердца при хроническом перенапряжении. Клиника.</li> </ol>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		<p>14. Заболевания и повреждения нервной системы. Профилактика неврозов.</p> <p>15. Заболевания и повреждения периферических нервов. Восстановительные мероприятия и профилактика.</p> <p>16. Синдром перенапряжения нервно-мышечного аппарата (мышечно-болевой синдром). Клиническая характеристика синдромов.</p> <p>17. Нарушения иммунной системы и системы крови (иммунодефициты, анемии).</p> <p>18. Нарушение лактатного метаболизма.</p> <p>19. Нарушения системы дыхания, астма физического усилия.</p> <p>20. Острые и хронические заболевания почек. Пиелонефрит. Восстановительные мероприятия. Почечнокаменная болезнь. Восстановительные мероприятия. Гемоглинурия при остром физическом перенапряжении. Миоглинурия. Поражение почек при хроническом физическом перенапряжении.</p> <p><b>Практические задания:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составить программу питьевого режима спортсмена.</li> <li>2. Восстановление при перетренированности 1-й стадии.</li> <li>3. Восстановление при перетренированности 2-й стадии.</li> <li>4. Восстановление при перетренированности 3-й стадии.</li> <li>5. Восстановительные мероприятия. Профилактика. Прогноз.</li> </ol> <p><b>Задачи из профессиональной области:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составить программу педагогического контроля и оценки физкультурно-оздоровительной,</li> </ol>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		спортивной деятельности. 2. Оцените основные методы применения физических факторов у спортсменов.