

**СОЧИНСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)  
федерального государственного автономного образовательного  
учреждения высшего образования  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ДРУЖБЫ НАРОДОВ»**

Отделение среднего профессионального образования

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Петенко Александр Тимофеевич  
Должность: Директор  
Дата подписания:  
Уникальный программный ключ:  
28acbc88a6d3ce11b5b992501f9a43df0be7b81d

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**"Основы врачебного контроля"**

---

(наименование дисциплины)

**Освоение учебной дисциплины ведется в рамках реализации основной образовательной программы среднего профессионального образования (ОП СПО):**

**49.02.01 Физическая культура**

---

(код и наименование специальности/профессии ОП СПО)

**Квалификация:**

**Педагог по физической культуре и спорту**

---

(наименование квалификации)

Сочи,  
2020 г.

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОП.04 Основы врачебного контроля**

*название дисциплины*

### **1.1. Область применения программы**

Программа учебной дисциплины ОП.04 Основы врачебного контроля является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС "Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 11.08.2014 г. № 976)"

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.04. Основы врачебного контроля разработана на основе требований ФГОС среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (Приказ Минобрнауки России от 11.08.2014 № 976 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура» (зарегистрировано в Минюсте России 25.08.2014 № 33826), предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины Рабочая программа учебной дисциплины Основы врачебного контроля является частью основной профессиональной образовательной программы по специальности СПО 49.01.02 Физическая культура и может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки учителей).

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена.**

Учебная дисциплина ОП.04 Основы врачебного контроля входит в общепрофессиональный цикл профессиональной подготовки.

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

#### **В результате освоения учебной дисциплины студент должен знать:**

цели и задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;

назначение и методику проведения простейших функциональных проб;

основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности.

#### **В результате освоения учебной дисциплины студент должен уметь:**

взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;

проводить простейшие функциональные пробы.

#### **В результате освоения учебной дисциплины студент должен иметь навыки и (или) опыт деятельности:**

к применению полученных знаний на практике, при проведении учебно-тренировочных, соревновательных занятий и уроков физической культуры.

### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

Объем программы 109 часов, в том числе:

аудиторной учебной нагрузки обучающегося 72 часов;

самостоятельной работы обучающегося 37 часов.

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Таблица 1. Виды учебной работы по периодам освоения ООП СПО для формы обучения - очная.

| Вид учебной работы                                               | Всего,<br>ак. ч. | Семестр(-ы) |     |   |   |   |   |
|------------------------------------------------------------------|------------------|-------------|-----|---|---|---|---|
|                                                                  |                  | 5           | 6   |   |   |   |   |
| <b>Контактная (аудиторная) работа (всего)</b>                    | 72               | 36          | 36  |   |   |   |   |
| в том числе:                                                     | -                | -           | -   | - | - | - | - |
| лекции (если предусмотрено)                                      | 60               | 30          | 30  |   |   |   |   |
| в том числе в форме практической подготовки (если предусмотрено) | -                | -           | -   |   |   |   |   |
| лабораторные занятия (если предусмотрено)                        | -                | -           | -   |   |   |   |   |
| в том числе в форме практической подготовки (если предусмотрено) | -                | -           | -   |   |   |   |   |
| практические занятия (если предусмотрено)                        | 12               | 6           | 6   |   |   |   |   |
| в том числе в форме практической подготовки (если предусмотрено) | -                | -           | -   |   |   |   |   |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>               | 37               | 19          | 18  |   |   |   |   |
| в том числе:                                                     | -                | -           | -   | - | - | - | - |
| в форме практической подготовки (если предусмотрено)             | -                | -           | -   |   |   |   |   |
| Часов на контроль:                                               | -                | -           | -   |   |   |   |   |
| Промежуточная аттестация в форме: (зачет/дифзачет/экзамен)       | -                | Др          | ЗаО |   |   |   |   |
| Общая трудоемкость час                                           | 109              | 55          | 54  |   |   |   |   |

### 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.04 Основы врачебного контроля

Таблица 2. Содержание дисциплины/МДК по видам учебной работы

| НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛА ДИСЦИПЛИНЫ                                                                                             | Вид учебной работы* | Кол-во часов |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------|
| Содержание раздела (темы)                                                                                                   |                     |              |
| <b>Основы врачебного контроля</b>                                                                                           |                     | <b>109</b>   |
| Тема 1. Введение в предмет.                                                                                                 | Лек                 | 2            |
| Введение в предмет. Цели и задачи дисциплины «Основы врачебного контроля». Краткая история спортивной медицины в России.    |                     |              |
| Тема 2. Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом.                                   | Лек                 | 4            |
| Первичное и ежегодное углубленное медицинское обследование. Принципы оценки состояния здоровья. Анкета здоровья спортсмена. |                     |              |
| Тема 2. Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом.                                   | Пр                  | 2            |
| Анкета здоровья спортсмена.                                                                                                 |                     |              |
| Тема 3. Текущий, этапный срочный и углубленный контроль в спортивной медицине.                                              | Лек                 | 4            |
| Текущий ВП контроль за занимающимися спортом. Срочный ВП контроль в спорте. Этапный ВПК в спорте. Принципы самоконтроля.    |                     |              |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |     |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|
| Тема 3. Текущий, этапный срочный и углубленный контроль в спортивной медицине.                                                                                                                                                                                                                                                         | Пр  | 2  |
| Врачебно-педагогический контроль на разных этапах тренировки.                                                                                                                                                                                                                                                                          |     |    |
| Тема 4. Особенности врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами.                                                                                                                                                                                                                                                           | Лек | 4  |
| Принципы оценки уровня физического развития детей и подростков. Принципы оценки степени полового созревания. Принципы оценки функциональных проб с физической нагрузкой у детей и подростков. Возрастные этапы спортивной подготовки.                                                                                                  |     |    |
| Тема 4. Особенности врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами.                                                                                                                                                                                                                                                           | Пр  | 2  |
| Велозргометрическая проба PWC150, Гарвардский степ-тест, проба Летунова.                                                                                                                                                                                                                                                               |     |    |
| Тема 5. Оптимизация процессов восстановления и повышения физической работоспособности спортсменов.                                                                                                                                                                                                                                     | Лек | 6  |
| Восполнение дефицита жидкостей, электролитов в условиях тренировки. Оптимизация сна спортсменов. Оптимизация питания спортсменов.                                                                                                                                                                                                      |     |    |
| Тема 5. Оптимизация процессов восстановления и повышения физической работоспособности спортсменов.                                                                                                                                                                                                                                     | Лек | 2  |
| Питание в ИВС на этапах тренировки.                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |     |    |
| Тема 6. Пограничные состояния в спорте.                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Лек | 4  |
| Переутомление, перенапряжение и перетренированность.                                                                                                                                                                                                                                                                                   |     |    |
| Тема 6. Пограничные состояния в спорте.                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Лек | 2  |
| Контрольная работа.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |     |    |
| Тема 7. Врачебно-педагогический контроль при проведении тренировочного процесса в различных климато-географических и погодных условиях.                                                                                                                                                                                                | Лек | 2  |
| Решение ситуационных задач по теме «Тренировки в среднегорье». Составить план-график обеспечения медико-биологического сопровождения УТС в горах.                                                                                                                                                                                      |     |    |
| Работа с лекциями                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | СР  | 19 |
| Тема 7. Врачебно-педагогический контроль при проведении тренировочного процесса в различных климато-географических и погодных условиях.                                                                                                                                                                                                | Лек | 4  |
| Тренировки в условиях среднегорья. Периоды острой и подострой акклиматизации. Период устойчивого функционального состояния. Переакклиматизация. Подготовка к УТС в среднегорье. Подготовка к соревнованиям в условиях высоких и низких температур. Ресинхронизация циркадных ритмов организма спортсменов – перелет на запад и восток. |     |    |
| Тема 8. Медицинское обеспечение спортивных соревнований.                                                                                                                                                                                                                                                                               | Лек | 4  |
| Принципы организации медицинского обеспечения спортивных соревнований.                                                                                                                                                                                                                                                                 |     |    |
| Тема 8. Медицинское обеспечение спортивных соревнований.                                                                                                                                                                                                                                                                               | Лек | 2  |
| Медицинское обслуживание соревнований в ИВС.                                                                                                                                                                                                                                                                                           |     |    |
| Тема 9. Принципы организации антидопингового контроля.                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Лек | 4  |
| Классификация препаратов запрещенных к применению в спорте. Организация допинг-контроля. ВАДА. РусАДА. ADAMS. Штрафные санкции по отношению к спортсменам, тренерам, медикам.                                                                                                                                                          |     |    |
| Тема 9. Принципы организации антидопингового контроля.                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Лек | 2  |
| Контрольная работа.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |     |    |
| Тема 91. Особенности организации врачебно-педагогического контроля за женщинами-спортсменками.                                                                                                                                                                                                                                         | Лек | 4  |
| Функциональные особенности организма девочки, девушки и женщины. Овариально-менструальный цикл и физические качества. Тренировки после родов, аборта, заболеваний половых органов.                                                                                                                                                     |     |    |
| Тема 91. Особенности организации врачебно-педагогического контроля за женщинами-спортсменками.                                                                                                                                                                                                                                         | Пр  | 2  |
| Контрольная работа.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |     |    |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |     |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|
| Тема 92. Неотложные состояния.                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Лек | 4  |
| Анафилактический шок. Гипогликемия. Обмороки и коллапс. Переохлаждение. Тепловой удар. Утопление.                                                                                                                                                                                                                                         |     |    |
| Тема 92. Неотложные состояния.                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Пр  | 2  |
| Контрольная работа.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |     |    |
| Тема 93. Заболевания и травмы у спортсменов.                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Лек | 6  |
| Структура заболеваний у спортсменов. Заболевания, наиболее часто встречающиеся в спорте. Острые травмы. Заболевания, которые могут явиться причиной смерти при занятиях спортом. Черепно-мозговая травма у боксеров. Закрытые травмы позвоночника и спинного мозга. Травмы уха, горла, носа, глаз, гортани. ВПК за занимающимися спортом. |     |    |
| Тема 93. Заболевания и травмы у спортсменов.                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Пр  | 2  |
| Контрольная работа.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |     |    |
| Работа с лекциями.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | СР  | 18 |

\* - Лек – лекции; Пр – практические занятия; СР – самостоятельная работа; ЛР – лабораторные работы.

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены специальные помещения, приведенным в п 6.3 основной образовательной программы специальности.

Таблица 3. Материально-техническое обеспечение дисциплины

| Тип аудитории                                                                                                                                                                                                             | Оснащение аудитории<br>Специализированное учебное оборудование, ПО и материалы<br>для освоения дисциплины (при необходимости)                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, выполнения курсовых работ, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации                         | Комплект специализированной мебели, маркерная доска; кафедра; автоматизированное рабочее место преподавателя: компьютер AMD Ryzen, монитор LCD 24" Philips, интерактивная панель 86", имеется выход в интернет<br>Программное обеспечение: Операционная система Windows 10 Pro; Office Professional 2007, Kaspersky Endpoint security для бизнеса - Стандартный                                                |
| Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, выполнения курсовых работ, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации<br>(Компьютерный класс) | Комплект специализированной мебели; доска аудиторная меловая, автоматизированные рабочие места (процессор не ниже Intel Core i5, оперативная память объемом не менее 16Gb;(SSD 500 GB HDD 1 TB); проектор EPSON, проекционный экран, имеется выход в интернет<br>Программное обеспечение: Операционная система Windows 10 Pro; Office Professional 2007, Kaspersky Endpoint security для бизнеса - Стандартный |
| Аудитория для самостоятельной работы обучающихся                                                                                                                                                                          | Комплект специализированной мебели; Телевизор LED LG 42" автоматизированные рабочие места (процессор не ниже AMD Ryzen, оперативная память объемом не менее 8 Гб; SDD 500 GB, моноблок Lenovo Intel i3), имеется выход в интернет<br>Программное обеспечение: Операционная система Windows 10 Pro; Office Professional 2007, Kaspersky Endpoint security для бизнеса - Стандартный                             |

|                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Учебно-тренировочный комплекс «Полоса препятствий «Юниор» (3-37(полоса препятствий )) | Препятствия: «Ров» 1 шт., «Лабиринт» 2 шт., «Забор с наклонной доской» 2 шт., «Разрушенный мост» 2 шт., «Разрушенная лестница» 2 шт., «Стенка с двумя проломами» 2 шт., Одиночный окоп для стрельбы и метания гранат 2 шт.                                                                                                                                                     |
| ООО Спортивный комплекс "Юность" (8-Стадион)                                          | Крытые беговые дорожки (пл. 675 кв.м.), открытая спортарена (пл. 21330.1 кв.м.), футбольное поле с синтетическим покрытием литер LXIII (пл. 7512.6 кв. м.), футбольное поле с синтетическим покрытием литер LXIV (пл. 7756.1 кв.м.), включая тренажеры, тренажерные комплексы (тренажерный зал общефизической подготовки), спортивный комплекс (спортивный зал пл. 1468 кв.м.) |

### 3.2. Информационное обеспечение обучения

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

##### *Основные источники:*

1. Филиппова Ю.С. Физическая культура : Учебно-методическая литература. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2022. - 197 с. - Текст : электронный. - URL: <http://znanium.com/catalog/document?id=379900>
2. Рубанович В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой : Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2022. - 253 с - Текст : электронный. - URL: <https://urait.ru/bcode/495730>
3. Ильина И. В. Медицинская реабилитация. Практикум : Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2022. - 393 с - Текст : электронный. - URL: <https://urait.ru/bcode/491851>
4. Калуп С. С. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа. Массаж : . - Санкт-Петербург: Лань, 2022. - 56 с. - Текст : электронный. - URL: <https://e.lanbook.com/book/189469>
5. Бобкова Т. В. Основы врачебного контроля : учебное пособие. - Москва: Директ-Медиа, 2022. - 116 с. - Текст : электронный. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690324>

##### *Дополнительные источники:*

##### *Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. ЭБС РУДН и сторонние ЭБС, к которым студенты университета имеют доступ на основании заключенных договоров:
  - Образовательная платформа Юрайт <https://urait.ru>
  - Электронно-библиотечная система РУДН – ЭБС РУДН <http://mega.rudn.ru/MegaPro/Web>
  - ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <http://biblioclub.ru>
  - ЭБС Znanium <https://znanium.ru>
2. Базы данных и поисковые системы:
  - Учебный портал института <https://portal.rudn-sochi.ru/>

#### *Методические материалы для обучающихся*

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований. Учебно-методические материалы размещаются в соответствии с действующим порядком на странице дисциплины на Учебном портале.

#### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

*Таблица 4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины*

| <b>Результаты обучения<br/>(освоенные умения, усвоенные знания)</b>                                                                                                                                                                                                           | <b>Формы и методы контроля и оценки<br/>результатов обучения</b>                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Знания:<br>цели и задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;<br>назначение и методику проведения простейших функциональных проб;<br>основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности. | Анализ и оценка выполнения индивидуальных заданий, расчетных работ, опрос, тематический диктант, контрольная работа, практические занятия, домашние работы, компьютерное тестирование, Взаимоконтроль и самоконтроль студентов. Полнота и грамотность подготовленных докладов, сообщений, презентаций. |
| Умения:<br>взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;<br>проводить простейшие функциональные пробы.                                                                                               | Наблюдение, контроль преподавателя за деятельностью обучающихся, анализ и оценка оптимальности метода решения задач, беседа, опрос, практические занятия, домашние работы, компьютерное тестирование                                                                                                   |
| Практический опыт:<br>к применению полученных знаний на практике, при проведении учебно-тренировочных, соревновательных занятий и уроков физической культуры.                                                                                                                 | Наблюдение, контроль преподавателя за деятельностью обучающихся, анализ и оценка оптимальности метода решения задач, выполнение и защита индивидуальных заданий.                                                                                                                                       |

## 6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 6.1. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Основы врачебного контроля»

Перечень вопросов для подготовки к занятиям и промежуточной аттестации, контрольных работ, содержание заданий для выполнения практических и самостоятельных работ, рекомендации по выполнению и критерии оценивания представлены в фонде оценочных средств по дисциплине «Основы врачебного контроля» в Приложении к настоящей Рабочей программе дисциплины.

Оценочные средства позволяют провести текущий контроль по дисциплине. По каждому средству оценивается полнота и глубина освоения, характеризующиеся показателями и критериями оценивания

Таблица 6. Показатели и критерии оценивания

| Показатель                                     | Критерий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Пороговый<br>(узнавание)<br>«3»                | Знает: базовые общие знания;<br>Умеет: основные умения, требуемые для выполнения простых задач;<br>Владеет: работает при прямом наблюдении.                                                                                                                                                                                          |
| Базовый<br>(воспроизведение)<br>«4»            | Знает: факты, принципы, процессы, общие понятия в пределах области исследования;<br>Умеет: диапазон практических умений, требуемых для решения определенных проблем в области исследования;<br>Владеет: берет ответственность за завершение задач в исследовании, приспосабливает свое поведение к обстоятельствам в решении проблем |
| Высокий<br>(компетентность)<br>«5»<br>max балл | Знает: фактическое и теоретическое знание в пределах области исследования с пониманием границ применимости;<br>Умеет: диапазон практических умений, требуемых для развития творческих решений, абстрагирования проблем;<br>Владеет: контролирует работу, проводит оценку, совершенствует действия работы                             |

Максимальное количество баллов по каждому оценочному средству соответствует вербальному критерию «высокий».

## 7. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И (ИЛИ) МАТЕРИАЛЫ

### 7.1 Перечень образовательных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

В процессе обучения используются активные и интерактивные образовательные технологии (формы проведения занятий):

- лекции, фронтальные опросы, презентации и защита мини-проектов;
- кейс-стади (разбор конкретных ситуаций),
- имитационные компьютерные модели;
- организации самостоятельной учебно-познавательной деятельности (индивидуальные домашние задания).