

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

УТВЕРЖДАЮ  
Декан факультета  
физической культуры и спорта  
доцент П.В. Левин

  
«30» августа 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта»**

Уровень основной образовательной программы: магистратура

Направление подготовки: 44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) : Профессионально-педагогическая деятельность в сфере физической культуры и спорта

Форма обучения: заочная

Срок освоения ООП: нормативный – 2 года 6 месяцев

Факультет: физической культуры и спорта

Кафедра: медико-биологические и психологические основы физического воспитания

Рязань, 2020

При разработке рабочей программы учебной дисциплины в основу положены:

- 1) ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование (квалификация (степень) «магистр»), утвержденный приказом Минобрнауки России от 2.11.2014 № 1505
- 2) Учебный план направления подготовки 44.04.01 Педагогическое образование направленность (профиль) «Профессионально-педагогическая деятельность в сфере физической культуры и спорта», одобрен Ученым советом РГУ имени С.А. Есенина» от « 30 мая » 2018 г. Протокол № 12

Рабочая программа учебной дисциплины «Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта» одобрена на заседании кафедры МБиПОФВ от «31» августа 2020 г. Протокол № 1.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ В.М. Ериков

Рабочая программа учебной дисциплины «Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта» одобрена Учебно-методическим советом факультета физической культуры и спорта от «31» августа 2020 г. Протокол № 1.

Председатель Учебно-методического  
совета факультета \_\_\_\_\_ А.А. Никулин

Разработчики: \_\_\_\_\_ доцент, к.п.н., Т.А. Сидоренко

**ВВОДНАЯ ЧАСТЬ**

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ

Целями освоения дисциплины «Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта» являются формирование у обучающихся общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, позволяющих выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности и быть устойчивым на рынке труда

## 2. МЕСТО МОДУЛЯ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА

2.1. Дисциплина «Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта» относится к базовой части блока 1 вариативной блока (Б.1.В.ОД.4).

2.2. Для изучения данного модуля предшествующие дисциплины не предусмотрены.

2.3. Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения, владение, формируемые данным модулем:

- методика и технология физического воспитания (по видам спорта);
- медико-биологические проблемы адаптации организма к физическим нагрузкам;
- преддипломная практика.

## 2.4. Перечень планируемых результатов обучения по модулю, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной образовательной программы

Изучение данного модуля направлено на формирование у обучающихся следующих общекультурных (ОК) и профессиональных (ПК) компетенций:

| № п/п | Номер/индекс компетенции | Содержание компетенции (или ее части)  | Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине  |  |  |
|-------|--------------------------|--|--|--|--|
|       |                          |  | В результате изучения модуля обучающиеся должны  |  |  |
|       |                          |  | Знать  | Уметь  | Владеть  |
| 1.    | ОК-3                     | способностью к самостоятельному освоению и использованию новых методов исследования, к освоению новых сфер профессиональной деятельности | <p>Знать</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. основы организации и методики занятий физическими упражнениями с целью профилактики травм и заболеваний у спортсменов;</li> <li>2. знать принципы использования лекарственных препаратов;</li> <li>3. принципы проведения самоконтроля физической работоспособности и функционального состояния;</li> </ol> | <p>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. использовать полученные знания, анализировать специальную литературу,</li> <li>2. использовать передовой опыт коллег-тренеров,</li> <li>3. уметь использовать результаты научных исследований в области медико-биологических проблем в спорте;</li> </ol> | <p>Владеть</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. накопленным опытом в выборе средств и методов обучения и воспитания спортсменов, проявлению коммуникативных, конструктивных и организаторских умений тренера по виду спорта.</li> <li>2. владеть анализом медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процессе занятий.</li> <li>3. навыками для решения конкретных задач в профессиональной</li> </ol> |

|    |      |  |  |   |   |
|----|------|--|--|---|---|
|    |      |  |  |   | деятельности тренера-преподавателя;   |
| 2. | ПК-1 | способностью применять современные методики и технологии организации образовательной деятельности, диагностики и оценивания качества образовательного процесса по различным образовательным программам | Знать<br>1. основы физиологии, анатомии и течение основных биохимических процессов человека;<br>2. механизм возникновения травм опорно-двигательного аппарата, центральной и периферической нервной системой при занятиях спортом;<br>3. основные признаки и течение ряда заболеваний в связи с занятиями спортом; | Уметь<br>1. использовать в практической деятельности современные научные теоретические знания в вопросах организации физической культуры<br>2. прогнозировать позитивное и негативное влияние занятий в различных видах спорта;<br>3. визуально диагностировать функциональное состояние опорно-двигательного аппарата; | Владеть<br>1. теоретическими знаниями обоснования рациональных режимов занятий и тренировок для физической культуры;<br>2. теоретическими знаниями обоснования рациональных режимов занятий и тренировок для циклических видов спорта;<br>3. теоретическими знаниями обоснования рациональных режимов занятий и тренировок для ациклических видов спорта; |
| 3. | ПК-4 | готовностью к разработке и реализации методик, технологий и приемов обучения, к анализу результатов процесса их использования в организациях, осуществляющих образовательную деятельность              | Знать<br>1. методологию планирования обследования физического развития и функционального состояния спортсменов;<br>2. принципы построения тренировочных занятий и оценки интенсивности физических нагрузок;  | Уметь<br>1. выполнять доступные функциональные пробы, измерение АД,<br>2. выполнять подсчёт ЧСС, используемы для оценки общей физической работоспособности,<br>3. выполнять расчет энергетических резервов и текущего   | Владеть<br>1. методикой анализа заболеваний, травм и специфических повреждений, возникающих при нерациональных занятиях физической культурой;<br>2. методикой анализа заболеваний, травм и  |

|  |  |  |   |  |   |
|--|--|--|---|--|---|
|  |  |  | 3. особенности организации медицинского обеспечения соревнований. | функционального состояния организма у спортсменов; | специфических повреждений, возникающих при нерациональных занятиях спортом, 3. методами ранней диагностики, лечения и реабилитации в спортивной практике; |
|--|--|--|---|--|---|

## 2.5. Карта компетенций модуля

| КАРТА КОМПЕТЕНЦИЙ МОДУЛЯ  |   |   |                                       |   |   |
|---|---|---|---------------------------------------|---|---|
| НАИМЕНОВАНИЕ МОДУЛЯ Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта |   |   |                                       |   |   |
| Цель модуля   | Целями освоения дисциплины являются формирование у обучающихся общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, позволяющих выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности и быть устойчивым на рынке труда |   |                                       |   |   |
| В процессе освоения данного модуля студент формирует и демонстрирует следующие      |   |   |                                       |   |   |
| Профессиональные компетенции:   |   |   |                                       |   |   |
| КОМПЕТЕНЦИИ   |   | Перечень компонентов  | Технологии формирования               | Форма оценочного средства                               | Уровни освоения компетенции   |
| ИНДЕКС  | ФОРМУЛИРОВКА  |   |                                       |   |   |
| ОК-3  | способностью к самостоятельному освоению и использованию новых методов исследования, к освоению новых сфер  | Знать<br>1. основы организации и методики занятий физическими упражнениями с целью профилактики травм и заболеваний у спортсменов;<br>2. знать принципы использования лекарственных препаратов; | Лекции<br>Практические занятия<br>СРС | Собеседование<br>Контрольная работа<br>зачет<br>Экзамен | ПОРОГОВЫЙ<br>основы организации и методики занятий физическими упражнениями с целью профилактики травм и заболеваний у спортсменов; |

|      |   |  |  |   |  |
|------|---|--|--|---|--|
|      | <p>профессиональной деятельности</p>  | <p>3. принципы проведения самоконтроля физической работоспособности и функционального состояния;<br/>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. использовать полученные знания, анализировать специальную литературу,</li> <li>2. использовать передовой опыт коллег-тренеров,</li> <li>3. уметь использовать результаты научных исследований в области медико-биологических проблем в спорте; Владеть</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. накопленным опытом в выборе средств и методов обучения и воспитания спортсменов, проявлению коммуникативных, конструктивных и организаторских умений тренера по виду спорта.</li> <li>2. владеть анализом медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процессе занятий.</li> <li>3. навыками для решения конкретных задач в профессиональной деятельности тренера-преподавателя;</li> </ol> |  |   | <p><b>ПОВЫШЕННЫЙ</b></p> <p>владеть анализом медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процессе занятий.</p> |
| ПК-1 | <p>способностью применять современные методики и технологии организации образовательной деятельности,</p> | <p>Знать</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. основы физиологии, анатомии и течение основных биохимических процессов человека;</li> <li>2. механизм возникновения травм опорно-двигательного аппарата, центральной и периферической нервной системой при занятиях спортом;</li> </ol>   | <p>Лекции<br/>Практические занятия<br/>СРС</p> | <p>Собеседование<br/>Контрольная работа<br/>Зачет<br/>Экзамен</p> | <p><b>ПОРОГОВЫЙ</b></p> <p>механизм возникновения травм опорно-двигательного аппарата, центральной и периферической нервной системой при занятиях спортом;</p>                                     |

|      |  |   |                                       |   |  |
|------|--|---|---------------------------------------|---|--|
|      | диагностики и оценивания качества образовательного процесса по различным образовательным программам  | <p>3. основные признаки и течение ряда заболеваний в связи с занятиями спортом;</p> <p>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. использовать в практической деятельности современные научные теоретические знания в вопросах организации физической культуры</li> <li>2. прогнозировать позитивное и негативное влияние занятий в различных видах спорта;</li> <li>3. визуально диагностировать функциональное состояние опорно-двигательного аппарата;</li> </ol> <p>Владеть</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. теоретическими знаниями обоснования рациональных режимов занятий и тренировок для физической культуры;</li> <li>2. теоретическими знаниями обоснования рациональных режимов занятий и тренировок для циклических видов спорта;</li> <li>3. теоретическими знаниями обоснования рациональных режимов занятий и тренировок для ациклических видов спорта;</li> </ol> |                                       |   | ПОВЫШЕННЫЙ теоретическими знаниями обоснования рациональных режимов занятий и тренировок для физической культуры;  |
| ПК-4 | готовностью к разработке и реализации методик, технологий и приемов обучения, к анализу результатов процесса их использования в организациях, осуществляющих | <p>Знать</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. методологию планирования обследования физического развития и функционального состояния спортсменов;</li> <li>2</li> <li>3. особенности организации медицинского обеспечения соревнований.</li> </ol> <p>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. выполнять доступные функциональные пробы, измерение АД,</li> <li>2. выполнять подсчёт ЧСС, используемы для оценки общей физической</li> </ol>  | Лекции<br>Практические занятия<br>СРС | Собеседование<br>Контрольная работа<br>Зачет<br>Экзамен | ПОРОГОВЫЙ принципы построения тренировочных занятий и оценки интенсивности физических нагрузок; ПОВЫШЕННЫЙ методикой анализа заболеваний, травм и специфических повреждений, возникающих при |



|  |                              |   |  |  |                                  |
|--|------------------------------|---|--|--|----------------------------------|
|  | образовательную деятельность | работоспособности,<br>3. выполнять расчет энергетических резервов и текущего функционального состояния организма у спортсменов; Владеть<br>1. методикой анализа заболеваний, травм и специфических повреждений, возникающих при нерациональных занятиях физической культурой;<br>2<br>3. методами ранней диагностики, лечения и реабилитации в спортивной практике; |  |  | нерациональных занятиях спортом, |
|--|------------------------------|---|--|--|----------------------------------|

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ МОДУЛЯ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

| Вид учебной работы  |             | Всего часов | Семестр № 1 часов | Семестр № 2 часов |
|---|-------------|-------------|-------------------|-------------------|
| Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего) |             | <b>30</b>   | <b>14</b>         | <b>16</b>         |
| В том числе:  |             |             |                   |                   |
| Лекции (Л)  |             | 8           | 4                 | 4                 |
| Практические занятия (ПЗ), семинары (С)   |             | 22          | 10                | 12                |
| Лабораторные работы (ЛР)  |             |             |                   |                   |
| Самостоятельная работа студента (всего)   |             | <b>101</b>  | <b>22</b>         | <b>92</b>         |
| В том числе   |             |             |                   |                   |
| СРС в семестре  |             | 101         | 18                | 83                |
| Курсовой проект (работа)  | КП          | -           | -                 |                   |
|   | КР          | 20          | -                 | 20                |
| Другие виды СРС   |             |             |                   |                   |
| Подготовка к практическим занятиям  |             | 10          | 5                 | 5                 |
| Выполнение заданий при подготовке к лабораторным работам                          |             |             |                   |                   |
| Изучение и конспектирование литературы  |             | 30          | 10                | 20                |
| Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам                      |             | 16          |                   | 16                |
| Подготовка реферата   |             |             |                   |                   |
| Подготовка к защите лабораторной работы   |             |             |                   |                   |
| Работа со справочными материалами   |             | 25          | 3                 | 22                |
| Выполнение тестирования   |             |             |                   |                   |
| Обработка результатов тестирования  |             |             |                   |                   |
| Подведение итогов тестирования  |             |             |                   |                   |
| СРС в период сессии   |             | 13          | 4                 | 9                 |
| Вид промежуточной аттестации  | зачет (З)   | -           | 3                 |                   |
|   | экзамен (Э) | Э           |                   | Э                 |
| ИТОГО: общая трудоемкость   | часов       | 144         | 36                | 108               |
|   | зач. ед.    | 4           | 1                 | 3                 |

Дисциплина частично реализуется с применением дистанционных образовательных технологий, используются платформы: ZOOM, Microsoft Teams, ЭОС РГУ имени С.А. Есенина.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ

### 2.1. Содержание разделов модуля

| № семестра | № раздела | Наименование раздела модуля | Содержание раздела в дидактических единицах |
|------------|-----------|-----------------------------|---|
|            |           |                             |   |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 1 | 1 | <p>Понятие о медико-биологическом сопровождении физической культуры и спорта</p>  | <p>Теоретико-методические аспекты медико-биологического сопровождения физической культуры и спорта.<br/> Задачи и содержание медико-биологического сопровождения в процессе тренировочных занятий.<br/> Первичное и ежегодные углубленные медицинские обследования.<br/> Этапное медико-биологическое сопровождение представителей различных спортивных специализаций и различного уровня подготовленности.<br/> Текущее и срочное медико-биологическое сопровождение представителей различных спортивных специализаций и физкультурников.<br/> Определение оптимальной нагрузки.<br/> Недостаточная или чрезмерная нагрузка.<br/> Детренированное сердце. Деление медицинских противопоказаний на абсолютные, относительные и временные. Заболеваемость спортсменов и её структура. Классификация причин заболеваемости у спортсменов.</p>   |
| 1 | 2 | <p>Краткая характеристика основных нарушений в функционировании организма при занятиях физической культурой и спортом</p> | <p>Структура заболеваемости спортсменов.<br/> Причины заболеваемости.<br/> Характеристика процессов утомления и восстановления в спорте. Заболевания ССС, основы профилактики. Принципы оценки состояния здоровья у представителей различных спортивных специальностей. Характеристика процессов утомления и восстановления в спорте.<br/> Физиологические и биохимические основы утомления при выполнении физических нагрузок.<br/> Заболевания сердечно-сосудистой системы.<br/> Физиологическое и «спортивное» сердце. Изменение артериального давления, нарушение ритма сердца.<br/> Дистрофия миокарда в следствии физического перенапряжения.<br/> Заболевания дыхательной системы. Острые респираторные заболевания. Острые пневмонии.<br/> Бронхиальная астма и бронхиальная астма мышечного напряжения. Роль механизма закаливания в профилактике заболеваний дыхательной системы.</p> <p>Тема 5. Заболевания органов пищеварения.<br/> Физиология пищеварения. Понятие о правильном и рациональном питании. Гастриты, язвенная болезнь желудка и 12 перстной кишки. Заболевания печени.<br/> Заболевания почек и мочевыводящих путей.<br/> Отдельные синдромы при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. Профилактика заболеваний почек.<br/> Заболевание системы крови. Основные методы исследования крови. Физиологические изменения</p> |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>системы крови при физических нагрузках. Патологические изменения крови (анемии). Заболевания эндокринной системы. Анатомо-физиологическая характеристика эндокринной системы. Сахарный диабет. Нарушения функции щитовидной железы.</p> <p>Заболевания и повреждения нервной системы. Общая характеристика нервной системы, отдельные синдромы. Воспалительные заболевания нервной системы. Черепно-мозговая травма. Остеохондроз позвоночного столба.</p> <p>Общая характеристика спортивных травм. Причинные факторы возникновения травм у спортсменов. Проблема перенапряжения в спортивной травматологии.</p> <p>Средства и методы профилактики травматизма в группе единоборств. Причины травм у борцов различных стилей борьбы, боксёров.</p> <p>Средства и методы профилактики травм в лёгкой атлетике (спринт, технические виды, средние и длинные дистанции).</p> <p>Средства и меры профилактики травм в гимнастике, акробатике, фигурном катании.</p> <p>Средства и меры профилактики травм в циклических видах спорта (лыжные гонки, велоспорт, конькобежный спорт).</p> <p>Средства и меры профилактики травм в группе игровых видов (футбол, хоккей).</p> |
|--|--|--|--|

## 2.2. Разделы модуля, виды учебной деятельности и формы контроля

| № с е м е с т р | № раз дел а | Наименование раздела модуля  | Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах) |    |    |     |       | Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) |
|-----------------|-------------|--|---|----|----|-----|-------|--|
|                 |             |  | Л   | ПР | ЛР | СРС | Всего |  |
| 1               | 1           | Понятие о медико-биологическом сопровождении физической культуры и спорта  | 4   | 10 |    | 50  | 64    |  |
| 1               | 2           | Краткая характеристика основных нарушений в функционировании организма при занятиях физической культурой и спортом | 4   | 12 |    | 51  | 67    |  |
|                 |             | <i>Раздел дисциплины № 1-2</i>   | 8   | 22 |    | 101 | 131   |  |
|                 |             |  |   |    |    |     | 13    | <i>Зачет, Экзамен</i>                                      |
|                 |             | ИТОГО за семестр   | 8   | 22 |    | 101 | 144   |  |

2.3. Лабораторные работы не предусмотрены учебным планом.

2.4. Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

## 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

### 3.1. Виды СРС

| № с е м                 | № ра зд е л а | Наименование раздела модуля  | Виды СРС   | Всего часов |
|-------------------------|---------------|--|--|-------------|
| 1                       | 1             | Понятие о медико-биологическом сопровождении физической культуры и спорта  | Подготовка к практическим занятиям                           | 5           |
|                         |               |  | Изучение и конспектирование литературы                       | 15          |
|                         |               |  | Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам | 8           |
|                         |               |  | Подготовка реферата  |             |
|                         |               |  | Работа со справочными материалами                            | 13          |
|                         |               |  | <b>Всего по разделу</b>                                      | <b>50</b>   |
| 1                       | 2             | Краткая характеристика основных нарушений в функционировании и организма при занятиях физической культурой и спортом | Подготовка к практическим занятиям                           | 5           |
|                         |               |  | Изучение и конспектирование литературы                       | 15          |
|                         |               |  | Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам | 8           |
|                         |               |  | Подготовка реферата  |             |
|                         |               |  | Работа со справочными материалами                            | 12          |
|                         |               |  | <b>Всего по разделу</b>                                      | <b>51</b>   |
| <b>ИТОГО в семестре</b> |               |  |  | <b>101</b>  |

### 3.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по модулю

В организации самостоятельного изучения тем (вопросов) дисциплины, выполнении индивидуальных домашних заданий обучающимся помогут:

- Учебники и учебно-методические пособия по основам научно-методической деятельности библиотеки университета, а также имеющиеся на кафедре ТМФВ и спортивных дисциплин.

- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE».

- Периодические издания – журналы: Теория и практика физической культуры; Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, Спорт в школе.

#### Список рекомендуемой литературы для самостоятельной работы обучающихся

##### Основная литература

1. Занковец, В.Э. Энциклопедия тестирований : монография / В.Э. Занковец. - М. : Спорт, 2016. - 456 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-49-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454559> (21.08.2020).

2. Миллер, Л.Л. Спортивная медицина : учебное пособие / Л.Л. Миллер ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - М. : Человек, 2015. - 184

с. : табл. - Библиогр.: с. 172-175. - ISBN 978-5-906131-47-8 ; То же [Электронный ресурс]. -

URL: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298248](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298248) (21.08.2020).

3. Корягина, Ю.В. Руководство к практическим занятиям по дисциплине «Физиологическое тестирование спортсмена» : учебное пособие / Ю.В. Корягина ; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2012. - 109 с. : ил. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277197](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277197) (21.08.2020).

#### *Дополнительная литература*

1. Попков, В.Н. Тестирование и оценивание : курс лекций / В.Н. Попков ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2004. - 74 с. : ил., табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274887](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274887) (21.08.2020).

4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ (см. Фонд оценочных средств)

#### **4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по модулю**

Рейтинговая система в Университете не используется.

#### **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение**

##### **дисциплины**

| Список литературы. Основная<br>Автор (ы), наименование, место издания и<br>издательство, год   | Семестр | Используется<br>при изучении<br>разделов | Количество<br>экземпляров |               |
|--|---------|--|---------------------------|---------------|
|  |         |  | В<br>библиотеке           | На<br>кафедре |
| 1  | 2       | 3  | 4                         |               |
| Граевская, Н. Д.<br>Спортивная медицина : учебное пособие:курс<br>лекций и практические занятия. Ч.1 /<br>Н.Д.Граевская, Т.И.Долматова. - М. : Советский<br>спорт, 2004. - 304с. : ил. - Доп.Гос.ком.РФ. - ISBN<br>5-85009-927-1 : 270-00.                   | 1-2     | 1,2                                      | 2                         | 1             |
| Ланда, Б. Х.<br>Методика комплексной оценки физического<br>развития и физической подготовленности [Текст] :<br>учебное пособие / Б.Х.Ланда. - М. : Советский<br>спорт, 2004. - 192с. - Рек.ГК РФ по физ.культуре и<br>спорту. - ISBN 5-85009-865-8 : 126-00. | 1-2     | 1,2                                      | 2                         | 1             |
| <b>ЭБС «Университетская библиотека online»</b>   |         |  |                           |               |
| Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической<br>деятельности в области физической культуры и<br>спорта : учебник / В.Г. Никитушкин. - М. :<br>Советский спорт, 2013. - 280 с. - ISBN 978-5-9718-  | 1-2     | 1,2                                      |                           |               |

|   |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|
| 0616-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210448">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210448</a> (05.05.2016). |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|

| Список литературы. Дополнительная.<br>Автор (ы), наименование, место издания и<br>издательство, год   | Семестр | Используется при изучении разделов | Количество экземпляров |            |
|---|---------|------------------------------------|------------------------|------------|
|   |         |                                    | В библиотеке           | На кафедре |
| 1   | 2       | 3                                  | 5                      | 6          |
| 1. Курдыбайло С.Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: учебное пособие / С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеев, Г.В. Герасимова. - М. : Советский спорт, 2003. - 184 с.   | 1-2     | 1,2                                | 6                      |            |
| . Руненко С.Д. Врачебный контроль в фитнесе: [монография]. - М. : Советский спорт, 2009. - 192 с.   | 1-2     | 2                                  | 5                      |            |
| Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: [учебник]. - М.: Академия, 2013. - 288 с.(есть и пред. изд.)  | 1-2     | 1,2                                | 7+52                   |            |
| <b>ЭБС «Университетская библиотека online»</b>  |         |                                    |                        |            |
| Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебник / В.Г. Никитушкин. - М. : Советский спорт, 2013. - 280 с. - ISBN 978-5-9718-0616-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210448">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210448</a> (05.08.2020). | 1-2     | 1,2                                |                        |            |

### 5.3 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. ВООК.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным ВООК.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: (15.09. 208).20
2. East View [Электронный ресурс]: [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com> (дата обращения: 15.09.2020).
3. Royal Society of Chemistry journals [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С.А. Есенина. Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: (15.09. 2020).
4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата

обращения: 15.03.2020).

5. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 15.09.2020).
6. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red) (дата обращения: 15.09.2020).
7. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос. гос. б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 -. - Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 15.09.2020).
9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 20.09.2020).
10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.09.2020).

#### **5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.09.2020).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/>? свободный (дата обращения: 15.09.2020).
3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.09.2020).
4. Prezentacya.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>. свободный (дата обращения: 15.09.2020).
5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.08.2020).
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.09.2020).
7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15.09.2020).
8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный



ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: [http://www.gumer.info/bibliotek\\_Buks/Pedagog/resspenc/mdexphr](http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/resspenc/mdexphr), свободный (дата обращения: 15. 09.2020).

9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 09.2020).

## 6. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины

### 6.1 Требования к аудиториям для проведения занятий:

Необходимы стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций: видеопроектор, ноутбук, экран настенный. Необходимы стандартно оборудованные аудитории для проведения практических занятий, как в традиционной, так и в интерактивной форме – ноутбук, проектор, экран или компьютерный класс.

### 6.2 Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся:

Видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерном классе должны быть установлены средства *MS Office: World, Power Point*.

6.3. Требования к специализированному оборудованию: отсутствует.

## 7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Интерактивные занятия стандартом ФГОС ВО не предусмотрены

## 8. Методические указания для обучающихся по освоению модуля

| Вид учебных занятий | Организация деятельности студента  |
|---------------------|--|
| Лекция              | Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометить важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание следующим понятиям (перечисление понятий) и др. |
| Практикум           | Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом, составление плана медико-биологического сопровождения физкультурников и спортсменов. Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме  |

|                       |  |
|-----------------------|--|
| Реферат               | <i>Реферат:</i> Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата. |
| Подготовка к экзамену | При подготовке к экзамену необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.   |

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

1. Проверка индивидуальных занятий, рефератов посредством электронной почты.
2. Использование слайд-презентаций при проведении практических занятий.

10. Требование к программному обеспечению учебного процесса

Перечень информационных технологий (лицензионное программное обеспечение, информационно-справочные системы)

| Название ПО                                | № лицензии                           |
|--|--------------------------------------|
| Операционная система WindowsPro            | Договор №65/2019 от 02.10.2019       |
| Антивирус Kaspersky Endpoint Security      | Договор № 14-ЗК-2020 от 06.07.2020г. |
| Офисное приложение Libre Office            | Свободно распространяемое ПО         |
| Архиватор 7-zip                            | Свободно распространяемое ПО         |
| Браузер изображений Fast Stone ImageViewer | Свободно распространяемое ПО         |
| PDF ридер Foxit Reader                     | Свободно распространяемое ПО         |
| Медиа проигрыватель VLC mediaplayer        | Свободно распространяемое ПО         |
| Запись дисков Image Burn                   | Свободно распространяемое ПО         |
| DJVU браузер DjVuBrowser Plug-in           | Свободно распространяемое ПО         |

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина»**

Утверждаю:  
Декан факультета физической  
культуры и спорта



Доцент П.В. Левин

«31» августа 2020 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)  
«МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»**

Направление подготовки: 44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) : Профессионально-педагогическая деятельность в  
сфере физической культуры и спорта

Квалификация магистр

Форма обучения: заочная

Рязань 2020

1. **Цель освоения** дисциплины «Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта» являются формирование у обучающихся общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, позволяющих выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности и быть устойчивым на рынке труда.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта» Б.1.В.ОД.4 относится к обязательным дисциплинам вариативной части Блока 1 (Б.1.В).

3. **Трудоемкость дисциплины:** 4 зачетных единицы, 144 академических часов.

## 4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| № п/п | Номер/индекс компетенции | Содержание компетенции (или ее части)  | Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине<br>В результате изучения дисциплины обучающиеся должны   |  |  |
|-------|--------------------------|--|--|--|--|
|       |                          |  | Знать  | Уметь  | Владеть  |
| 1.    | ОК-3                     | способностью к самостоятельному освоению и использованию новых методов исследования, к освоению новых сфер профессиональной деятельности | Знать<br>1. основы организации и методики занятий физическими упражнениями с целью профилактики травм и заболеваний спортсменов;<br>2. знать принципы использования лекарственных препаратов;<br>3. принципы проведения самоконтроля физической работоспособности и функционального состояния; | Уметь<br>1. использовать полученные знания, анализировать специальную литературу,<br>2. использовать передовой опыт коллег-тренеров,<br>3. уметь использовать результаты научных исследований в области медико-биологических проблем в спорте; | Владеть<br>1. накопленным опытом в выборе средств и методов обучения и воспитания спортсменов, проявлению коммуникативных, конструктивных и организаторских умений тренера по виду спорта.<br>2. владеть анализом медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процессе занятий.<br>3. навыками для решения конкретных задач в профессиональной деятельности тренера-преподавателя; |
| 2.    | ПК-1                     | способностью применять современные методики и технологии организации образовательной деятельности, диагностики и оценивания              | Знать<br>1. основы физиологии, анатомии и течение основных биохимических процессов человека;   | Уметь<br>1. использовать в практической деятельности современные научные теоретические знания в вопросах организации   | Владеть<br>1. теоретическими знаниями обоснования рациональных режимов занятий и тренировок для физической культуры;<br>2. теоретическими знаниями обоснования рациональных режимов  |

|    |      |   |  |  |   |
|----|------|---|--|--|---|
|    |      | качества образовательного процесса по различным образовательным программам  | 2. механизм возникновения травм опорно-двигательного аппарата, центральной и периферической нервной системой при занятиях спортом;<br>3. основные признаки и течение ряда заболеваний в связи с занятиями спортом;   | физической культуры<br>2. прогнозировать позитивное и негативное влияние занятий в различных видах спорта;<br>3. визуально диагностировать функциональное состояние опорно-двигательного аппарата;   | занятий и тренировок для циклических видов спорта;<br>3. теоретическими знаниями обоснования рациональных режимов занятий и тренировок для ациклических видов спорта;   |
| 3. | ПК-4 | готовностью к разработке и реализации методик, технологий и приемов обучения, к анализу результатов процесса их использования в организациях, осуществляющих образовательную деятельность | Знать<br>1. методологию планирования обследования физического развития и функционального состояния спортсменов;<br>2. принципы построения тренировочных занятий и оценки интенсивности физических нагрузок;<br>3. особенности организации медицинского обеспечения соревнований. | Уметь<br>1. выполнять доступные функциональные пробы, измерение АД,<br>2. выполнять подсчёт ЧСС, используемы для оценки общей физической работоспособности,<br>3. выполнять расчет энергетических резервов и текущего функционального состояния организма у спортсменов; | Владеть<br>1. методикой анализа заболеваний, травм и специфических повреждений, возникающих при нерациональных занятиях физической культурой;<br>2. методикой анализа заболеваний, травм и специфических повреждений, возникающих при нерациональных занятиях спортом,<br>3. методами ранней диагностики, лечения и реабилитации в спортивной практике; |

### 1. Форма промежуточной аттестации и семестр (ы) прохождения Зачет (1 семестр), Экзамен (2 семестр).

Дисциплина реализуется частично с применением дистанционных образовательных технологий.