

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



(подпись)

(наименование института / факультета)

П.В. Левин

(И.О. Фамилия)

« 30 » августа 2020 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Спортивная медицина

Уровень основной профессиональной образовательной программы  
бакалавриат

Направление подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии

здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль) Адаптивное физическое воспитание

Форма обучения заочная

Сроки освоения ОПОП 4 года 6 месяцев

Факультет (институт) Физической культуры и спорта

Кафедра Медико-биологических и психологических основ воспитания

Рязань, 20 20

## ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Спортивная медицина» являются развитие у обучающихся личностных качеств, формирование универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данному направлению подготовки, позволяющих выпускнику успешно работать в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта и быть устойчивым на рынке труда.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА

2.1. Дисциплина «Спортивная медицина» Б1.О.35 относится к Обязательной части Блока 1.

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины:

- Анатомия человека
- Физиология человека
- Биомеханика двигательных действий
- Биохимия

2.3. Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной:

- Врачебный контроль в адаптивной физической культуре
- Адаптивный спорт
- Лечебная физическая культура
- Массаж
- Комплексная реабилитация больных и инвалидов
- Производственная практика (Профессионально-ориентированная практика)
- Производственная практика (преддипломная практика)
- Выпускная квалификационная работа

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

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся универсальных (УК), общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

№ п/п	Код и содержание компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	ОПК-4. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	ОПК-4.1. Выбирает средства и методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, функционального состояния различных физиологических систем организма с учетом возраста и пола, уровня подготовленности и нозологических форм заболеваний занимающихся	<ul style="list-style-type: none"> <li>– уровень физического развития;</li> <li>– уровень физической подготовки и физической подготовленности;</li> <li>– основы организации и содержания медицинского обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– определять уровни физического развития;</li> <li>– определять функциональное состояние физиологических систем организма;</li> <li>– анализировать исследования с точки зрения влияния на здоровье индивидуума;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– антропометрическими, соматоскопическими методами исследования;</li> <li>– методами оценки физического развития;</li> <li>– методами оценки функционального состояния организма;</li> </ul>
2.		ОПК-4.3. Способен проводить коррекцию процесса подготовки, на основании анализа полученных результатов оценки физического развития,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- психофизиологические и медико-биологические закономерности развития физических качеств и двигательных умений занимающихся;</li> <li>- физиологические основы работоспособности, развития</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать функциональное состояние систем организма;</li> <li>- оценивать уровень адекватности физических нагрузок и функциональных возможностей</li> <li>- оценивать физические</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- применением физиологических знаний для планирования и проведения основных видов физкультурно-оздоровительных занятий с детьми, подростками и взрослыми людьми;</li> </ul>

		функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	утомления, восстановления и тренированности организма при занятиях физической культурой и спортом; - особенности протекания физиологических процессов и функциональные изменения состояния организма при различных видах спортивной деятельности	способности и функциональное состояние учащихся, адекватно выбирать средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей	- физиологическими основами развития работоспособности и тренированности, восстановительных процессов организма при занятиях физической культурой и спортом; - средствами и методами физического воспитания людей разного уровня здоровья, возраста и пола,
3.	ОПК-8. Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК-8.2. Выделяет различные методики, средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей	– способы и методы повышения уровня здоровья занимающихся адаптивной физической культурой и спортом; – основы организации и содержания медицинского обеспечения лиц, занимающихся адаптивной физической культурой и спортом; – мотивы, способствующие привлечению к занятиям адаптивной физической культурой и спортом	– анализировать исследования с точки зрения влияния на здоровье индивидуума; – уметь давать рекомендации по правильной организации занятий физическими упражнениями; – вести работу по пропаганде ЗОЖ, занятий физической культурой и спортом, подчеркивая социальную значимость данной работы	– методами оценки функционального состояния организма; – методами врачебно-педагогических наблюдений; – методами профилактики негативных явлений при занятиях физической культурой и спортом
4	<b>ПК 2</b> - Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и	ПК-2.1. Демонстрирует знания организации и осуществления индивидуального маршрута реабилитации, использования технических	– методы оценки физического развития; – методы и организацию медико-педагогического контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке; – основные методы профилактики негативных	– оценивать оздоровительную эффективность физкультурно-спортивных занятий; – пользоваться приемами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом;	– способностью реализации знаний и умений в профессиональной деятельности; – клиническими и параклиническими методами исследовательской

	гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности	средств реабилитации.	состояний в практике спортивной медицины	– интегрировать знания по спортивной медицине со смежными дисциплинами	деятельности; – способностью реализовывать образовательную программу дисциплины в контексте со смежными дисциплинами.
5		ПК-2.3 Осуществляет подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; составляет индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.	– организационно-методические основы и общие требования к методике применения комплексной реабилитации	– планировать содержание уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся	– навыками методиста по комплексной реабилитации

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		№7	№8	№	№
		часов	Часов	часов	часов
1	2	3	4	5	6
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	<b>20</b>	20	-	-	-
В том числе:					
Лекции (Л)	<b>8</b>	8	-	-	-
Практические занятия (ПЗ), Семинары (С)		-	-	-	-
Лабораторные работы (ЛР)	<b>12</b>	12	-	-	-
Иные виды занятий			-	-	-
2. Самостоятельная работа студента (всего)	<b>79</b>	52	27	-	-
3. Курсовая работа (при наличии)	КП		-	-	-
	КР				
Вид промежуточной аттестации	зачет (З),	<b>Э</b>	<b>Э</b>	-	-
	экзамен (Э)				
ИТОГО: общая трудоемкость	часов	<b>108</b>	72	36	-
	зач. ед.	<b>3</b>	2	1	-

### 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 2.1. Содержание разделов дисциплины

№ Курса	№ Раздела	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
7	1	<b>Учение о физическом развитии. Характеристика функционального состояния организма спортсменов.</b>	Современные представления о физическом развитии. Морфофункциональные показатели физического развития. Методы исследования физического развития. Соматоскопия. Антропометрия. Понятие об осанке, ее оценка. Методы оценки физического развития. Особенности физического развития и телосложения представителей различных видов спорта. Понятие о тренированности, функциональной готовности. Оценка функционального состояния ведущих адаптивных систем организма спортсмена.

			<p>Физическая работоспособность и функциональная готовность организма спортсменов.</p> <p>Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов.</p>
7	2	<p><b>Медико-педагогические наблюдения в учебно-тренировочном процессе</b></p>	<p>Медико-педагогические наблюдения в процессе занятий физической культурой лицами разного возраста и пола.</p> <p>Задачи и содержание медико-педагогического наблюдения в процессе тренировочных занятий. Методы исследования, используемые при врачебно-педагогическом наблюдении.</p> <p>Медицинский контроль на соревнованиях, медицинское обеспечение соревнований.</p> <p>Допинги. Антидопинговый контроль.</p> <p>Основные механизмы влияния физических упражнений на организм человека. Методы медицинского наблюдения при занятиях физической культурой. Методы самоконтроля.</p> <p>Функциональные исследования с применением нагрузок. Условия и правила тестирования.</p> <p>Медико-педагогические наблюдения за физическим воспитанием школьников, студентов, за юными спортсменами.</p> <p>Понятие о медицинских группах.</p> <p>Организация и проведение медико-педагогического наблюдения за юными спортсменами.</p>
7	3	<p><b>Средства восстановления и повышения спортивной работоспособности. Основы общей и спортивной патологии.</b></p>	<p>Цели и задачи восстановления в спорте.</p> <p>Классификация восстановительных средств.</p> <p>Общие принципы применения восстановительных средств.</p> <p>Педагогические, психологические, медицинские, физические средства восстановления.</p> <p>Общая характеристика заболеваний у спортсменов. Структура заболеваемости.</p> <p>Понятие о перетренированности, перенапряжении.</p> <p>Понятие о спортивном травматизме.</p> <p>Особенности спортивного травматизма в отдельных видах спорта.</p> <p>Профилактика спортивных травм.</p> <p>Виды острых патологических состояний.</p> <p>Основы первой доврачебной помощи.</p> <p>Неотложные состояния в спортивной медицине.</p>

2.2. Перечень лабораторных работ (при наличии), примерная тематика курсовых работ (при наличии)

7 семестр Лабораторные работы.

1. Собираение анамнеза у спортсменов. 2. Исследование и оценка физического развития человека, особенностей телосложения и состояния опорно-двигательного аппарат

2. Исследование и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы и системы внешнего дыхания

3. Определение физической работоспособности с помощью функциональных проб и тестов

4. Врачебно-педагогические наблюдения в процессе занятий физическими упражнениями. Изучение эффективности тренировочного занятия с помощью пробы с дополнительной стандартной нагрузкой.

5. Врачебно-педагогические наблюдения в процессе занятий физическими упражнениями. Изучение воздействия физических упражнений в микроцикле тренировочного процесса с помощью дополнительной стандартной нагрузки

6. Врачебно-педагогические наблюдения в процессе занятий физическими упражнениями. Исследование динамики функционального состояния организма спортсмена в течение недельного тренировочного цикла

Курсовые работы не предусмотрены.

### 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

Самостоятельная работа осуществляется в объеме 79 часов. Видами СРС являются:

Подготовка к лабораторным занятиям

Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы

Работа со справочными материалами

Выполнение индивидуальных домашних заданий

Подготовка и написание контрольной работы

Подготовка к экзамену

### 4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

*(см. Фонд оценочных средств)*

4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по дисциплине *(при необходимости)*.



## 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1. Основная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год
1	2
1	Дубровский, Владимир Иванович. Спортивная медицина [Текст] : учебник / В.И. Дубровский. - М. : ВЛАДОС, 1999. - 480с. : ил. - (Учебник для вузов). - Рек. Мин. общего и проф. образования РФ. - То же [Электронный ресурс] - Режим доступа: <a href="http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/2488">http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/2488</a> (дата обращения: 23.03.2018).
2	Макарова, Галина Александровна. Спортивная медицина [Текст] : учебник / Г.А. Макарова. - М. : Советский спорт, 2004. - 478 с. : табл., ил.
3	<b>Граевская, Н. Д.</b> Спортивная медицина : учебное пособие:курс лекций и практические занятия. Ч.1 / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова. - М. : Советский спорт, 2004. - 304с. : ил. -
4	<b>Граевская, Н.Д.</b> Спортивная медицина : учебное пособие:курс лекций и практические занятия. Ч.2 / Н.Д.Граевская, Т.И.Долматова. - М. : Советский спорт, 2004. - 360с. : ил. -
	Спортивная медицина [Текст] : учебно-методическое пособие / [сост. В. М. Ериков, А. А. Никулин]; РГУ им. С. А. Есенина. - Рязань : РГУ, 2017. - 112 с. - Библиогр.: с. 110-111. - То же [Электронный ресурс] - Режим доступа: <a href="http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/2488">http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/2488</a> (дата обращения: 07.02.2018).

### 5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год
1	2
1	<b>Аулик, Ивар Васильевич.</b> Определение физической работоспособности в клинике и спорте [Текст] / И. В. Аулик. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Медицина, 1990. - 192 с. : ил. - ISBN 5-225-01022-9 : 0-65.
2	Биологически активные соединения в тренировочном процессе [Текст] : методические рекомендации / авт.-сост. В. М. Ериков, А. К. Пунякин; РГУ им. С. А. Есенина. - Рязань : РГУ, 2008. - 32 с.
3	Караулова, Лариса Константиновна. Физиология физического воспитания и спорта [Текст] : учебник / Л. К. Караулова, Н. А. Красноперова, М. М. Расулов. - Москва : Академия, 2012. - 384 с. - (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 290-293.
4	Кулиненков, О.С. Фармакология спорта в таблицах и схемах / О.С. Кулиненков. - 2-е изд. - М. : Спорт, 2015. - 179 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=430438">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=430438</a> (05.05.2016).
5	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: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=298248">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=298248</a> (05.05.2016).
6	

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

1. **VOOK.ru** [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к

- полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: 15.04. 2018).
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: 15.04.2018).
  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: 15.04. 2018).
  4. 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/> (дата обращения: 15.04.2018).
  5. 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: 15.04.2018).
  6. 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: 15.04.2018).
  7. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 20.04.2018).
  8. Лань [Электронный ресурс]: электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.04.2018).

5.4.Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины «Спортивная медицина»

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cvberleninka.ru/> свободный (дата обращения: 15.04.2018).
3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
4. Prezentacva.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] :

- федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
  8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: [http://www.gumer.info/bibliotek Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp](http://www.gumer.info/bibliotek/Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp), свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
  9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).

#### 5.5. Периодические издания

1. Адаптивная физическая культура [Текст] / изд. : Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Институт специальной педагогики и психологии, Специальный олимпийский комитет Санкт-Петербурга. – 2007 - . – Санкт-Петербург, 2016 - . – Ежекварт. – ISSN 1998-149X.
2. Высшее образование сегодня [Текст] : ежемесячный журнал. – 2001 - . – Москва: Логос, 2016 - . – Ежемес. – ISSN 1726-667X.
3. Педагогика [Текст] : научно-теоретический журнал Российской академии образования / учредители : трудовой коллектив редакции Российской академии образования. – 1937, июль - . – Москва : Педагогика, 2016 - . – 10 раз в год. – ISSN 0869-561X.
4. Спорт в школе [Текст] : методический журнал для учителей физкультуры и тренеров / учредитель : ООО «Издательский дом «Первое сентября». – 1995 - . – Москва : Первое сентября, 2016 - . – Ежемес.
5. Теория и практика физической культуры [Текст] : ежемесячный научно-теоретический журнал / изд. : Научно-издательский центр «Теория и практика физической культуры». – 1925 - . – Москва, 2016 - . – Ежемес. – ISSN 0040-3601.
6. Физическая культура в школе [Текст] : научно-методический журнал / [учредитель : Министерство просвещения РФ]. – 1958, январь - . – Москва : Школьная Пресса, 2016 - . – 8 раз в год. – ISSN 0130-5581.
7. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка [Текст] : научно-методический журнал / учредитель : [Российская Академия Образования Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)]. – 1996 - . – Москва, 2016 - . – 6 раз в год. – ISSN 1817-4779.
8. Физкультура и спорт [Текст] : ежемесячный иллюстрированный журнал / учредитель : ЗАО «Редакция журнала «Физкультура и спорт». – 1922, май - . – Москва, 2016 - . – Ежемес.
9. Научный журнал РАН - <https://biochemistrymoscow.com>

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Указываются требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий:

Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций и лабораторных работ: видеопроектор, экран настенный, ноутбук.

## 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

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.
Практические занятия	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 (указать текст из источника и др.), прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решений задач по алгоритму и др.
Контрольная работа/индивидуальное задание	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. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Подготовка к зачету	При подготовке к экзамену (зачету) необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

## 8. ТРЕБОВАНИЯ К ПРОГРАММНОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА:

Название ПО	№ лицензии
Операционная система WindowsPro	Договор №65/2019 от 02.10.2019
Антивирус Kaspersky	Договор № 14-ЗК-2020 от 06.07.2020г.

Endpoint Security	
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

При реализации дисциплины с применением (частичным применением) дистанционных образовательных технологий используются: вебинарная платформа Zoom (договор б/н от 10.10.2020г.)

## 9. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ

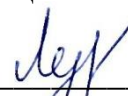
*В этом разделе могут быть представлены планы практических и семинарских занятий с указанием основной и дополнительной литературы; методические указания по проведению лабораторных работ и др.*

**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 2020 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)  
«Спортивная медицина»**

Направление подготовки

**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья (адаптивная физическая культура)**

Направленность (профиль)

**Адаптивное физическое воспитание**

Квалификация

**бакалавр**

Форма обучения

**заочная**

Рязань 2020

**1. Цель освоения дисциплины** – развитие у обучающихся личностных качеств, формирование универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данному направлению подготовки, позволяющих выпускнику успешно работать в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта и быть устойчивым на рынке труда.

**2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина относится к обязательной части Блока 1.

Дисциплина изучается на 4 курсе (7, 8 семестры).

**3. Трудоемкость дисциплины:** 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

**4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы и индикаторами достижения компетенций:**

**ОПК-4.1. Знать:** уровень физического развития; уровень физической подготовки и физической подготовленности; основы организации и содержания медицинского обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом. **Уметь:** определять уровни физического развития; определять функциональное состояние физиологических систем организма; анализировать исследования с точки зрения влияния на здоровье индивидуума. **Владеть:** антропометрическими, соматоскопическими методами исследования; методами оценки физического развития; методами оценки функционального состояния организма.

**ОПК-4.3. Знать:** психофизиологические и медико-биологические закономерности развития физических качеств и двигательных умений занимающихся; физиологические основы работоспособности, развития утомления, восстановления и тренированности организма при занятиях физической культурой и спортом; особенности протекания физиологических процессов и функциональные изменения состояния организма при различных видах спортивной деятельности. **Уметь:** оценивать функциональное состояние систем организма; оценивать уровень адекватности физических нагрузок и функциональных возможностей; оценивать физические способности и функциональное состояние учащихся, адекватно выбирать средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей. **Владеть:** применением физиологических знаний для планирования и проведения основных видов физкультурно-оздоровительных занятий с детьми, подростками и взрослыми людьми; физиологическими основами развития работоспособности и тренированности, восстановительных процессов организма при занятиях физической культурой и

спортом; средствами и методами физического воспитания людей разного уровня здоровья, возраста и пола.

**ОПК-8.2.** *Знать:* способы и методы повышения уровня здоровья занимающихся адаптивной физической культурой и спортом; основы организации и содержания медицинского обеспечения лиц, занимающихся адаптивной физической культурой и спортом; мотивы, способствующие привлечению к занятиям адаптивной физической культурой и спортом. *Уметь:* анализировать исследования с точки зрения влияния на здоровье индивидуума; давать рекомендации по правильной организации занятий физическими упражнениями; вести работу по пропаганде ЗОЖ, занятий физической культурой и спортом, подчеркивая социальную значимость данной работы. *Владеть:* методами оценки функционального состояния организма; методами врачебно-педагогических наблюдений; методами профилактики негативных явлений при занятиях физической культурой и спортом.

**ПК-2.1.** *Знать:* методы оценки физического развития; методы и организацию медико-педагогического контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке; основные методы профилактики негативных состояний в практике спортивной медицины. *Уметь:* оценивать оздоровительную эффективность физкультурно-спортивных занятий; пользоваться приемами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом; интегрировать знания по спортивной медицине со смежными дисциплинами. *Владеть:* способностью реализации знаний и умений в профессиональной деятельности; клиническими и параклиническими методами исследовательской деятельности; способностью реализовывать образовательную программу дисциплины в контексте со смежными дисциплинами.

**ПК-2.3.** *Знать:* организационно-методические основы и общие требования к методике применения комплексной реабилитации. *Уметь:* планировать содержание уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся. *Владеть:* навыками методиста по комплексной реабилитации.

## **5. Форма промежуточной аттестации и семестр (ы) прохождения** Экзамен, Контрольная работа (4 курс 8 семестр).

Дисциплина реализуется частично с применением дистанционных образовательных технологий.