

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»
(ФГБОУ ВО «ТГПУ им. Л.Н. Толстого»)

МЕТОДИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«Медико-педагогический контроль в физическом
воспитании и спорте»

Трудоемкость: 3 зачетные единицы
Квалификация выпускника: Магистр
Форма обучения: очная, заочная
Год начала подготовки: 2018

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

Наименование тем	Форма обучения	
	очная	заочная
Тема 1. Нормативно-правовые основы медико-педагогического контроля в физическом воспитании и спорте	2	2
Тема 2. Понятие общей и спортивной патологии	6	4
Тема 3. Комплексная оценка состояния здоровья лиц, занимающихся физической культурой и спортом	6	4
Тема 4. Медико-педагогическое обеспечение занятий физической культурой, соревнований и первая помощь при травмах	4	2
Тема 5. Гигиенические основы физического воспитания и спорта в рамках осуществления медико-педагогического контроля	4	2
Тема 6. Базовые аспекты реабилитации лиц, занимающихся физической культурой и спортом	4	

Обучающиеся при выполнении практических занятий могут использовать рекомендуемую учебную и методическую литературу:

1. Белова, Л.В. Спортивная медицина: учебное пособие / Л.В. Белова; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь : СКФУ, 2016. - 149 с. : ил. - Библиогр. в кн.; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915>

2. Гигиена физической культуры и спорта: учебник / Е.Е. Ачкасов, И.В. Быков, А.Н. Гансбургский и др.; ред. В.А. Маргазина, О.Н. Семеновой, Е.Е. Ачкасова. - 2-е изд., доп. - Санкт-Петербург : СпецЛит, 2013. - 256 с. : табл. - ISBN 978-5-299-00545-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=253833>

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1.

Нормативно-правовые основы медико-педагогического контроля в физическом воспитании и спорте

ПЛАН:

1. Нормативные правовые документы и методические материалы для организации медицинского и педагогического контроля в физическом воспитании и спорте.

2. Современный этап развития спортивной медицины в РФ и за рубежом.
3. Цели и задачи медицинского и педагогического контроля.
4. Формы и содержание совместной работы врача и тренера (учителя физической культуры).

задание: изучить тему в соответствии с планом.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 2-4 **Понятие общей и спортивной патологии** **ПЛАН:**

1. Понятие о здоровье и болезни.
2. Основные причины возникновения болезней.
3. Формы течения и окончания болезни. Этиология и патогенез. Патологическая наследственность
4. Представление о реактивности организма. Иммунологическая реактивность. Понятие об иммунитете.
5. Факторы естественной резистентности. Понятие об иммунодефиците.
6. Причины, виды аллергических реакций организма.
7. Типовые патологические процессы: расстройства кровообращения, нарушение обмена веществ в тканях, некроз, воспаление, атрофия, гипертрофия, опухоли.
8. Понятие и общая характеристика терминальных состояний.

задание: изучить тему в соответствии с планом.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 5-7 **Комплексная оценка состояния здоровья лиц, занимающихся** **физической культурой и спортом** **ПЛАН:**

1. Врачебный контроль лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
2. Определение понятий и содержание врачебно-педагогического контроля (ВПК) и врачебно-педагогических наблюдений (ВПН). Цель, задачи, формы организации, методы проведения ВПН.
3. Возрастные группы и их морфофункциональные особенности. Паспортный и биологический возраст. Критерии оценки биологического возраста. Акселерация. Ретардация. Медицинские особенности периода полового развития.
4. Особенности врачебного контроля за детьми, подростками, юношами и девушками, занимающимися физической культурой и спортом в учебных заведениях, спортивных секциях и др. Медицинские группы для занятий физкультурой. Врачебно-педагогический контроль за лицами с ограниченными возможностями здоровья.
5. Самоконтроль спортсмена (задачи, принципы, содержание). Медицинский контроль в массовой физической культуре. Сроки начала занятий различными видами спорта. Врачебная оценка ранней

специализации. Спортивный отбор и ориентация. Врачебный контроль на этапах подготовки спортсменов.

6.Определение понятия «физическое развитие». Особенности физического развития лиц, занимающихся физической культурой и спортом. Методы исследования и оценки физического развития. Особенности физического развития и телосложения представителей разного вида спортивной деятельности.

7.Механизм формирования адаптации к физической нагрузке. Понятие тренированности организма и устойчивой работоспособности. Возрастные особенности адаптации к физической нагрузке. Возрастные особенности и признаки развития утомления в процессе занятий физической культурой.

8.Методы исследования и оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы лиц, занимающихся ФКиС. Определение состояния тренированности и готовности к соревнованиям по данным функционального состояния сердечно-сосудистой системы.

9.Исследование функционального состояния эндокринной системы лиц, занимающихся ФКиС. Исследование функционального состояния пищеварительной системы. Исследование функционального состояния выделительной системы.

10.Влияние занятий физической культуры на состояние функциональных систем организма спортсмена. Тестирование в диагностике функциональной готовности лиц, занимающихся ФКиС. Основные принципы, требования и организация тестирования физической работоспособности. Классификация и характеристика тестов в процессе занятий ФКиС. Особенности тестирования юных спортсменов.

задание: изучить тему в соответствии с планом.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 8-9

Медицинское обеспечение занятий физической культурой, соревнований и первая помощь

ПЛАН:

1.Цель, задачи, содержание медицинского обеспечения соревнований. Врачебный контроль на соревнованиях (цель, задачи, содержание). Антидопинговый контроль. Контроль на половую принадлежность.

2.Морфологические и функциональные особенности организма человека в разные возрастные периоды жизни. Особенности занятий физической культурой и спортом с учетом половозрастных особенностей.

3.Комплекс медицинских обследований для допуска к занятиям физической культурой в соответствии с половозрастными особенностями. Абсолютные и относительные противопоказания к занятиям физкультурой.

4.Принципы деления на группы для занятий физической культурой. Понятие травматизма. Причины и особенности спортивного травматизма. Общая характеристика травм и заболеваний у лиц, занимающихся ФКиС.

Причины болезней и травм, непосредственно не связанные со спортом: инфекции, отравления, курение, алкоголь, наследственные факторы и др.

5. Специфика спортивных травм в различных видах спорта. Понятие о хронической микротравматизации и ее значение в патологии физкультурников и спортсменов. Принципы, содержание, алгоритм оказания первой помощи при различных видах травм у лиц, занимающихся ФКиС.

задание: изучить тему в соответствии с планом.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 10-11

Гигиенические основы физического воспитания и спорта в рамках осуществления медико-педагогического контроля

ПЛАН:

1. Общая характеристика факторов природной среды и их влияние на организм лиц, занимающихся физической культурой и спортом. Методы исследования и оценки факторов внешней среды в условиях закрытых и открытых спортивных сооружений.

2. Основные вопросы профилактики инфекционных заболеваний для лиц, занимающихся ФКиС. Закаливание – основа оздоровления и укрепления здоровья в физическом воспитании и спорте. Гигиенические основы медико-педагогического контроля за режимом дня лиц, занимающихся ФКиС. Основные аспекты здорового образа жизни.

задание: изучить тему в соответствии с планом.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 12-13

Система комплексной реабилитации лиц, занимающихся физической культурой и спортом

ПЛАН:

1. Влияние различных факторов условий и образа жизни, спортивно-тренировочного процесса на организм, снижающих уровень физической работоспособности. Понятие, признаки, механизм развития утомления в процессе занятий физической культурой. Влияние природно-климатических условий на организм человека.

2. Понятие и периоды акклиматизации. Понятие временной адаптации. Влияние смены часовых поясов на состояние человека и его физическую работоспособность. Понятие реабилитации, цель, задачи, содержание.

3. Система комплексной реабилитации в физической культуре и спорте. Классификация и общие принципы применения средств и способов восстановления.

4. Педагогические средства реабилитации спортсмена. Медико-биологические средства восстановления функциональной работоспособности. Естественные методы реабилитации спортсмена. Психологические средства реабилитации спортсмена.

задание: изучить тему в соответствии с планом.