

**Санкт-Петербургское государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Училище олимпийского резерва № 1»**

**УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР СПб ГБПОУ «УОР № 1»**

_____ **В.А. КУЗНЕЦОВ**

«31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ

программа подготовки специалистов среднего звена
49.02.01 Физическая культура

Санкт-Петербург

2023 год

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) по специальности 49.02.01 Физическая культура, рабочего учебного плана СПб ГБПОУ «УОР № 1» по специальности 49.02.01 Физическая культура углубленной подготовки.

Организация-разработчик: Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Училище олимпийского резерва № 1».

Разработчик: Докторович Л.В., преподаватель дисциплины ОП.04 Основы врачебного контроля.

Рассмотрено на заседании
предметно-цикловой комиссии дисциплин
профессионального цикла
СПб ГБПОУ «УОР № 1»

Протокол № 1 от 30.августа 2023 г.

Председатель ПЦК дисциплин профессионального
цикла
С.Н. Бекасова

СОГЛАСОВАНО

Работодатель:
директор СПб ГБУ СШОР по водным видам спорта
«Экран» – А.К. Маслеников
30 августа 2023 г.

Работодатель:
директор СПб ГБУ СШОР «Комета» – А.Х. Ариткулов
30 августа 2023 г.

Утверждено приказом СПб ГБПОУ «УОР № 1»
от 31.08.2023 № 287 «Об утверждении учебного плана,
графика учебного процесса, рабочих программ
учебных дисциплин (модулей) и практик, фондов
оценочных средств, учебно-методических
рекомендаций, рабочей программы воспитания,
календарного плана воспитательной работы
на 2023-2024 учебный год по специальности
49.02.01 Физическая культура»

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы врачебного контроля» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного Приказом Министерства образования и науки РФ от 11 августа 2014 г. № 976.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина «Основы врачебного контроля» входит в состав профессионального цикла программы подготовки специалистов среднего звена, является частью цикла общепрофессиональных дисциплин (ОП.00) и направлена на формирование следующих компетенций:

общих компетенций:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

профессиональных компетенций:

ПК 1. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2. Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

Цель:

– формирование представлений об организации врачебного контроля в Российской Федерации, о методических особенностях проведения функциональных проб и методах оценки физического развития.

Задачи:

– изучение особенностей медицинского контроля на занятиях физической культурой за лицами разного пола и возраста;

– научить использовать знания, полученные в процессе изучения курса, для подбора наиболее эффективных средств и методов тренировки, рационализации тренировочного процесса в зависимости от задач тренировки и индивидуальных особенностей;

– научить подбирать адекватные поставленным задачам методы биохимического контроля и интерпретировать получаемые в ходе исследований результаты.

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;
- проводить простейшие функциональные пробы;

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен знать:**

- цели, 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.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины

Максимальная учебная нагрузка обучающегося составляет **48** часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка - 32 часа;
- самостоятельная работа - 16 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	48
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	32
в том числе:	
практические занятия	20
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	16
в том числе:	
разработка схем, составление таблиц	6
написание реферата, подготовка сообщения	6
работа над конспектом	4
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
Раздел 1. Введение в основы врачебного контроля Тема 1.1. Понятие о врачебном контроле	Цели, задачи и особенности службы врачебного контроля в спорте. Показания к назначению физических нагрузок, ограничения и противопоказания к назначению нагрузок. Критерии отбора для занятия физической культурой и спортом.	2	1,2
Тема 1.2. Методы и организация, формы врачебного контроля	Практическое занятие: Методы врачебного контроля. Организация врачебного контроля. Формы работы по врачебному контролю. Оценка физического развития. Методы соматоскопии и соматометрии (антропометрия). Методы индексов, стандартов, корреляции.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление таблицы: «Формы работы по врачебному контролю»	2	
Тема 1.3. Функциональные методы исследования	Функциональные методы исследования. Оценка состояния кардиореспираторной системы – электрокардиография, фоно- и поликардиография; вариационная пульсография; эхокардиография.	2	1,2
	Практическое занятие: Оценка функционального состояния внешнего дыхания: дыхательные объемы, ЖЕЛ, МВЛ, пневмотахометрия, пневмотонометрия, МПК (непрямой метод).	2	2
	Самостоятельная работа: - заполнение формы записи данных общего, медицинского и спортивного анамнеза; - разработка схемы «Физическое развитие и его оценка»;	2	
Раздел 2. Нагрузочные тесты и критерии контроля Тема 2.1. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы	Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы: ортостатическая проба, ходьба (произвольная и степ-тест). Типы реакции на пробы: нормотонический, астенический, гипертонический, дистонический, «ступенчатый». Типы реакции по Э.В. Земцовскому. Пробы с задержкой дыхания (Штанге, Генчи). ЭКГ-диагностика.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: - разработка схемы «Состояние здоровья и его оценка»; - подготовка реферата на тему: «Функциональные пробы».	2	
Тема 2.2. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по	Практические занятия: Потребность спортсменов в индивидуальной коррекции с использованием медико-биологических средств в коррекции тренировочного процесса. Определение оптимальной частоты занятий физической культурой и спортом. Интервалы отдыха между занятиями в зависимости от величины тренировочной нагрузки. Симптомы перетренированности.	4	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
результатам контроля	Составление конспекта: Симптомы перетренированности. Величины тренировочной нагрузки. Интервалы отдыха в избранном виде спорта.		
Раздел 3. Врачебный контроль за различными категориями граждан Тема 3.1. Врачебный контроль за детьми, подростками и юношами	Особенности физического развития детей, подростков и юношей. Организация врачебного контроля за уровнем физического развития дошкольников, младших школьников, подростков	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: - подготовка реферата на тему: «Сроки допуска к занятиям различными видами спорта».	2	
Тема 3.2. Врачебный контроль за лицами старших возрастов	Практическое занятие: Физическое развитие и состояние здоровья лиц среднего и пожилых возрастов. Формы и методы занятий физической культуры для лиц среднего и пожилого возраста.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся: - подготовка сообщения на тему: «Врачебный контроль за занимающимися лицами старших возрастов при занятиях оздоровительной физической культурой».	2	
Тема 3.3. Особенности врачебного контроля за женщинами.	Практическое занятие: Физическое развитие и состояние здоровья женщин. Физиологические особенности женского организма и их учет в процессе планирования и организации тренировочного процесса у женщин. Формы и методы занятий физической культурой для женщин.	2	2,3
	Самостоятельная работа обучающихся: - подготовка сообщения на тему: «Основные формы врачебного контроля за женщинами».	2	
Раздел 4. Врачебно-педагогические наблюдения в процессе занятий физическими упражнениями Тема 4.1. Определение состояния тренированности	Состояние тренированности, его стадии развития. Спортивная форма. Характеристики состояния тренированности. Общая и специальная тренированность.	2	1,2

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
Тема 4.2. Самоконтроль спортсмена	Практическое занятие: Основные понятия самоконтроля: определение, задачи, принципы. Приемы самоконтроля. Дневник самоконтроля: содержание, правила заполнения.	2	2
Раздел 5. Профилактика спортивного травматизма и патологических состояний Тема 5.1. Профилактика спортивных травм	Понятие спортивной травмы. Причины спортивных травм (нарушения режима тренировочного процесса, отсутствие страховки, выполнение сложных упражнений без должной подготовки, нарушение санитарно-технических требований в местах занятий, плохого качества спортивный инвентарь, занятие в состоянии утомления, умышленная грубость партнеров, недисциплинированность). Классификация спортивных травм (легкие, средней тяжести, тяжелые). Контроль правильности оформления заявок на участие в соревнованиях.	2	1,2
Тема 5.2. Режим и методика тренировки после травм и при некоторых заболеваниях	Практическое занятие: Режим и методика тренировки после травм опорно-двигательного аппарата. Режим и методика тренировки при нарушениях сердечно-сосудистой системы. Режим и методика тренировки при хронических заболеваниях органов дыхания. Режим и методика тренировки после травм нервной системы. Режим и методика тренировки при нарушениях зрения.	2	2
Тема 5.3. Состояния, обусловленные нарушением правильного развития тренированности	Практическое занятие: Причины и признаки перенапряжения. Патологические состояния после перенапряжения. Перетренированность. Причины и признаки перетренированности. Стадии перетренированности. Методика восстановления после перенапряжения и перетренированности. Самостоятельная работа: Повторение пройденного материала, изучение конспекта. Подготовка к дифференцированному зачету	2	2,3
Дифференцированный зачет		2	
ИТОГО:		48	

Уровень освоения учебного материала: 1 - ознакомительный (воспроизведение информации, узнавание (распознавание), объяснение ранее изученных объектов, свойств и т.п.); 2 - репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством); 3 - продуктивный (самостоятельное планирование и выполнение деятельности, решение проблемных задач).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебной лаборатории физической и функциональной диагностики.

3.1.1. Оборудование учебного кабинета

- посадочные места по количеству обучающихся;
- автоматизированное рабочее место преподавателя (АРМП), оборудованное персональным компьютером с лицензионным или свободным программным обеспечением, соответствующим разделам программы и подключенным к сети Internet и средствами вывода звуковой информации.
- лабораторный микроскоп;
- комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине «Основы врачебного контроля».

Технические средства обучения:

- мультимедиапроектор;
- экран;
- или интерактивная доска;
- ПСХЭ.

3.1.2. Учебно-методическая документация:

- рабочая программа учебной дисциплины «Основы врачебного контроля»;
- тематический план;
- конспекты занятий;
- методические рекомендации по выполнению практических заданий;
- методические рекомендации по выполнению самостоятельных работ;
- комплект оценочных средств учебной дисциплины.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы:

Основные источники:

1. Горбачев, Д. В. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа : учеб. пособие / Д. В. Горбачев; СПб ГУ. – Санкт-Петербург, 2016. – 348 с.

Дополнительные источники:

1. Александров, В. В. Основы восстановительной медицины и физиотерапии : учеб. пособие / В. В. Александров, А. И. Алгазин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2014. - 144 с.

2. Горбачев, Д. В. Актуальные вопросы использования БОС-процедур в системе подготовки спортсменов / Д. В. Горбачев// Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в системе образования России: инновации и перспективы развития», 2-3 ноября, 2016г. Санкт-Петербург С. 188-193

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, выполнения самостоятельных работ, тестирования.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
знать:	
<ul style="list-style-type: none"> - цели, 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. 	<ul style="list-style-type: none"> - устный опрос, - проверочные задания, - тестирование - дифференцированный зачет
уметь:	
<ul style="list-style-type: none"> - - взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты; - - проводить простейшие функциональные пробы 	<ul style="list-style-type: none"> - оценка результатов выполнения практической работы - наблюдение за ходом выполнения практической работы. - дифференцированный зачет.