



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 физическая культура
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Кафедра физической культуры и безопасности жизнедеятельности

ОДОБРЕНО:
Руководитель ОП

_____ Е.Е. Соколов
(подпись)

«28» августа 2025 г.

Рабочая программа дисциплины
Спортивная медицина

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) образовательной программы:	

Иваново



1. Цели освоения дисциплины

Целью является формирование систематизированных знаний по вопросам врачебно-педагогического обеспечения занятий физическими упражнениями и спортом, направленного на укрепление здоровья занимающихся физической культурой и спортом, повышения работоспособности, предупреждение, лечение и реабилитация травм и заболеваний.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Спортивная медицина» является обязательной дисциплиной.

Студент, приступающий к изучению данной дисциплины, должен обладать знаниями, полученными ранее в ходе изучения дисциплин: «Анатомия человека», «Физиология человека», «Биомеханика двигательной активности», «Физиология спорта».

Для освоения данной дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- особенности функционирования основных физиологических систем организма человека

Уметь:

- оценивать функциональную активность физиологических систем организмов

Иметь: практический опыт/Иметь навыки:

- исследования влияния физической активности на функции организма человека

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности студентов к Государственной итоговой аттестации.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

3.1. Компетенции, формированию которых способствует данная дисциплина

При реализации дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

б) общепрофессиональные (ОПК):

ОПК-1 - способность определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста;

ОПК-7 - Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.

3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения формируемых компетенций.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- цели и задачи спортивной медицины (ОПК-1.1.);

- методические приемы, средства и методы, используемые в практике врачебного контроля (ОПК-1.1.);

- показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам у различных групп занимающихся ФКиС (ОПК-1.1.);

- методы тестирования физической работоспособности и тренированности (ОПК-7.1.) ;

- медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях(ОПК-7.1.) ;

- виды травматизма, признаки перетренированности и перенапряжения организма, их причины и средства профилактики (ОПК-7.1.);

Уметь:

- применять на практике средства и методы антропометрического обследования спортсменов, осуществлять анализ полученных результатов, формулировать выводы (ОПК-7.2.);

- выполнять простейшие функциональные пробы, анализировать полученные результаты, интерпретировать их применительно к задачам физической тренировки (ОПК-7.2.);

- формулировать задачи, подбирать адекватные средства и методы регулирования физической нагрузки в процессе занятий физической культурой и спортивной деятельностью (ОПК-7.2.);

Владеть:



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 физическая культура
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

- методикой врачебно-педагогических наблюдений за лицами разного пола, возраста на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятий (ОПК-7.3.).

4. Объем и содержание дисциплины

Объем дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 часов).

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий лекционно-семинарского типа

Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по очной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по заочной форме обучения) Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	
1.	Цели, задачи спортивной медицины.	7	2		Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов
2.	Методы врачебного контроля.	7	2	2 практ. занятия	
3	Исследование и оценка физического развития. Исследования функционального состояния различных систем организма спортсменов и занимающихся физическими упражнениями	7	4	4 практ. занятия	Выступления на семинаре
4	Простейшие функциональные пробы. Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях.	7	4	4 практ. занятия	Выступления на семинаре
5	Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста занимающихся физической культурой и спортом.	7	2	2 практ. занятия	Выступления на семинаре
6	Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности	7	2	2 практ. занятия	Опорный конспект
7	Заболевания и травматизм, перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика	7	2	2 практ. занятия	
Итого по дисциплине:			18	16	Зачет

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Курс	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по заочной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по заочной форме обучения) Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	
1.	Цели, задачи спортивной	5	1		Входная диагностика: тест с



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 физическая культура
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

	медицины.				последующим обсуждением результатов
2.	Методы врачебного контроля.	5	2	2 практ. занятия	
3	Исследование и оценка физического развития. Исследования функционального состояния различных систем организма спортсменов и занимающихся физическими упражнениями	5	2	2 практ. занятия	Выступления на семинаре
4	Простейшие функциональные пробы. Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях.	5	2	2 практ. занятия	Выступления на семинаре
5	Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста занимающихся физической культурой и спортом.	5	2	2 практ. занятия	Выступления на семинаре
6	Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности	5	2	2 практ. занятия	Опорный конспект
7	Заболевания и травматизм, перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика	5	1	2 практ. занятия	
Итого по дисциплине:			12	12	Зачет

4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)

Тема 1 Цели, задачи спортивной медицины

Значение знаний, умений и навыков в области спортивной медицины для специалистов по физической культуре и спорту. Взаимосвязь спортивной медицины с другими дисциплинами. История развития отечественной спортивной медицины. Цели и задачи спортивной медицины. Методы обследования и формы работы в спортивной медицине. Принципы организации отечественной спортивной медицины. Функции кабинетов врачебного контроля и врачебно-физкультурных диспансеров. Основная медицинская документация.

Тема 2 Методы врачебного контроля

Понятие о здоровье и болезни. Основные формы возникновения, течения и окончания болезни. Исходы болезни. Терминальные состояния. Клинические представления о конституции. Патологическая наследственность. Реактивность организма: индивидуальная, физиологическая, патологическая, специфическая иммунологическая, неспецифическая. Иммунологическая реактивность. Понятие об иммунитете. Факторы естественной резистентности. Понятие об иммунодефиците. Синдром приобретенного иммунодефицита. Факторы риска инфицирования ВИЧ в профессиональном спорте. Аллергия.

Принципы организации первичного и ежегодно-углубленных медицинских обследований. Принципы оценки состояния здоровья. Основные заболевания и патологические состояния, являющиеся противопоказанием к занятиям спортом. Принципы допуска к занятиям спортом лиц с пограничным состоянием.

Тема 3 Исследование и оценка физического развития. Исследования функционального состояния различных систем организма спортсменов и занимающихся физическими упражнениями



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 физическая культура
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

Принципы обследования опорно-двигательного аппарата. Принципы врачебно-педагогического контроля над представителями различных специализаций. Принципы исследования функциональных возможностей центральной нервной системы, нервно-мышечного аппарата, анализаторов, кардиореспираторной системы и системы внешнего дыхания. Принципы исследования общей физической подготовленности. Принципы исследования энергетических возможностей. Текущий и срочный педагогический контроль над представителями разных спортивных специализаций. Показатели текущего и срочного функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Текущие изменения морфологического и биохимического состава крови. Показатели срочного функционального состояния организма. Врачебно-педагогический контроль при проведении тренировочного процесса в различных климатогеографических условиях.

Тема 4 Простейшие функциональные пробы. Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях

Принципы организации медицинского обеспечения спортивных соревнований на различных этапах. Цели и задачи предварительного этапа. Составление плана медицинского обслуживания соревнований. Непосредственное медицинское обеспечение соревнований. Цели и задачи заключительного этапа. Особенности медицинского обеспечения соревнований по восточным единоборствам. Принципы организации антидопингового контроля. Понятие допинга. Последствия применения допинга. История употребления допинга спортсменами. Запрещенные вещества и методы. Борьба с употреблением допингов в спорте.

Комплекс медицинских обследований при допуске к занятиям оздоровительной физической культурой. Принципы определения уровня физического состояния лиц, занимающихся физической культурой. Принципы определения уровня общей физической работоспособности у лиц среднего и пожилого возраста. Двигательные режимы в системе оздоровительной физической культуры. Количество, содержание и дозировка физических упражнений для развития и поддержания физического состояния.

Тема 5 Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста занимающихся физической культурой и спортом

Морфофункциональные особенности систем организма юных спортсменов. Медицинские обследования спортсменов с учетом возраста и пола. Патологическая наследственная предрасположенность и высокий риск скрытой патологии. Малые аномалии развития у детей и подростков. Заболевания опорно-двигательного аппарата и других систем, типичных для подросткового и юношеского возраста. Особенности организации занятий физической культурой и спортом в детском и подростковом спорте. Обоснование сроков допуска к занятиям физической культурой и спортом. Принципы дозирования физических нагрузок детей и подростков. Сроки возобновления занятий физическими упражнениями после перенесенных заболеваний.

Тема 6 Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности

Средства, используемые в целях оптимизации процессов восстановления в спорте. Педагогические и психологические средства восстановления. Медицинские средства восстановления: гигиенические и вспомогательные. Медицинские последствия переутомления и перетренированности. Хроническое физическое перенапряжение ведущих органов и систем организма у спортсменов.

Тема 7 Заболевания и травматизм, перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика

Понятие о травме и неотложном состоянии. Заболевания, наиболее часто встречающиеся в практике спортивной медицины. Заболевания, которые могут явиться причиной внезапной смерти при занятиях физической культурой и спортом. Острые травмы у спортсменов. Причины спортивных травм. Повреждения в различных видах спорта. Профилактика травм в спорте. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.

5. Образовательные технологии



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 физическая культура
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

При реализации различных видов учебной работы предусматривается использование активных и интерактивных форм занятий: проблемного обучения, электронного обучения, технология развития критического мышления в сочетании с внеаудиторной работой с использованием электронных ресурсов и интернет-ресурсов. Методы: дискуссия, групповая работа, решение ситуационных задач.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: технологии смешанного обучения, мультимедиа технологии

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Самостоятельная работа студентов обеспечивается посредством работы в системе электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет» <https://uni.ivanovo.ac.ru>, где размещены методические материалы.

Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приведён в Приложении 1 к рабочей программе.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по дисциплине

Текущий контроль проводится в тестовой форме.

Зачет проводится в устной форме.

Отметка «зачтено» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Отметка «не зачтено» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Отметка «не зачтено» выставляется также, если обучающийся после начала зачета отказался его сдавать.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.

а) основная литература:

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. Руководство к практическим занятиям по курсу спортивной медицины : учебное пособие / С.Г. Куртев, И.А. Кузнецова, С.И. Еремеев, Л.А. Лазарева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии, спортивной медицины и гигиены. - 4-е изд., стер. - Омск : Издательство СибГУФК, 2016. - 152 с. : таб. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483298>

б) дополнительная литература:

1. Кулиненко, О.С. Медицина спорта высших достижений : монография / О.С. Кулиненко. - Москва : Спорт, 2016. - 321 с. : ил. - Библиогр.: с. 307-314. - ISBN 978-5-9907239-6-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=46086>.

2. Ромашин, О.В. Некоторые неотложные состояния в практике спортивной медицины / О.В. Ромашин, А.В. Смоленский, В.Ю. Преображенский ; ред. К.В. Лядов. - Москва : Советский спорт, 2011. - 132 с. - ISBN 978-5-9718-0529-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210478>.

в) Интернет-ресурсы и программное обеспечение

Система электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет» <https://uni.ivanovo.ac.ru>

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 физическая культура
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» www.biblioclub.ru;
<http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka>
Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/elibnew>

Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office и(или) LibreOffice, интернет-браузер Microsoft Edge и(или) Yandex Browser.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории:

- для проведения занятий лекционного типа с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории;
- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения;
- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.

Лаборатория, оснащенная лабораторным оборудованием, комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное комплектом специализированной учебной мебели, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС.

Демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации

Автор-составитель рабочей программы дисциплины: доцент кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности, к.м.н. доцент Кайрова Ю.В.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности «28» августа 2025г., протокол № 1.

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____ 20__ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ Е.Е. Соколов
(подпись)

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____ 20__ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____
(подпись)

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____ 20__ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____
(подпись)



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 физическая культура
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)