**Учреждение образования**

**«Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»**

**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по учебной работе

ГГУ имени Ф. Скорины

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Семченко

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(дата утверждения)

Регистрационный № УД-\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / уч.

**Врачебно-педагогический контроль**

**Учебная программа учреждения высшего образования по дисциплине специализации «Тренерская работа по виду спорта (спортивные игры)» для специальности 1-03 02 01 «Физическая культура»**

2015

Учебная программа составлена на основе образовательного стандарта высшего образования ОСВО 1-03 02 01-2013 и учебного плана специальности 1-03 02 01 Физическая культура

(рег. номер А-03-02-13 от 26.08.2013)

**Составители:**

С.В. Шеренда к.п.н., доцент, зав. кафедрой спортивных дисциплин УО «ГГУ им. Ф. Скорины»

Рецензенты:

С.Л. Володкович – заведующая кафедрой «Физическое воспитание и спорт» учреждения образования «Гомельский государственный технический университет им. П.О. Сухого», кандидат педагогических наук, доцент.

С.В. Севдалев – заведующий кафедрой теории и методики физической культуры учреждения образования «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины», кандидат педагогических наук, доцент.

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой спортивных дисциплин УО «ГГУ им. Ф. Скорины»

(протокол № \_\_ от \_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_);

Научно-методическим советом учреждения образования «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины»

(протокол № \_\_ от \_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_);

Пояснительная записка

Спорт высших достижений является сферой человеческой деятельности, для которой характерны повышенный травматизм, различного рода профессиональные заболевания, предпатологические и патологические состояния, представляющие угрозу для здоровья спортсменов, эффективности их тренировочной и соревновательной деятельности.

Поэтому одной из наиболее актуальной и важной задачей в дальнейшем развитии спорта является снижение травматизма, факторов риска при занятиях физическими упражнениями. Основной путь здесь – профилактика травм и заболеваний в самом широком смысле этого слова.

Эффективность борьбы с травмами в спорте во многом зависит от согласованности работы врачей, тренеров и самих спортсменов. При этом на тренера возлагается основная функция в реализации практических мер по профилактике травм и проведении специальных реабилитационных мероприятий после повреждений и заболеваний. Для решения этих задач им необходимо знать основные проявления, причины и условия, при которых возникают различные травмы, и разбираться в особенностях проведения специальной реабилитации у спортсменов. Кроме того, тренеры должны уметь правильно оказывать первую помощь, так как от ее умелого оказания во многом зависит результат лечения и сроки восстановления спортивной работоспособности.

Целью дисциплины является овладение студентами основами врачебно-педагогического контроля, предупреждения травм и методикой их реабилитации.

Задачами дисциплины являются:

– усвоение студентами теории и методики врачебно-педагогического контроля, использования средств восстановления и повышения работоспособности;

– овладение умениями и навыками предупреждения травм и повреждений при занятиях физической культурой, оказания первой помощи при их возникновении;

– формирование практических умений и навыков по использованию средств восстановления и стимуляции работоспособности при организации и проведении тренировочных занятий по спортивным играм.

Подготовка специалиста должна обеспечивать формирование следующих групп компетенций:

**академических компетенций**, включающих знания и умения по изученным дисциплинам, способности и умения учиться:

* АК-1. Уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач.
* АК-2. Владеть системным и сравнительным анализом.
* АК-3. Владеть исследовательскими навыками.
* АК-4. Уметь работать самостоятельно.
* АК-5. Быть способным порождать новые идеи (обладать креативностью).
* АК-6. Владеть междисциплинарным подходом при решении проблем.
* АК-7. Иметь навыки, связанные с использованием технических устройств, управлением информацией и работой с компьютером.
* АК-8. Обладать навыками устной и письменной коммуникации.
* АК-9. Уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни.

**социально-личностных компетенций**, включающих культурно- ценностные ориентации, знание идеологических, нравственных ценностей общества и государства и умение следовать им:

* СЛК-1. Обладать качествами гражданственности.
* СЛК-2. Быть способным к социальному взаимодействию.
* СЛК-3. Обладать способностью к межличностным коммуникациям.
* СЛК-4. Владеть навыками здоровьесбережения.
* СЛК-5. Быть способным к критике и самокритике.
* СЛК-6. Уметь работать в команде.
* СЛК-7. Владеть современными психологическими технологиями для проведения успешных деловых встреч и переговоров, участия в деловых играх и т.п.
* СЛК-8. Формировать и аргументировать собственные суждения и профессиональную позицию.
* СЛК-9.Уметь использовать в практической деятельности основы законодательства и правовых норм.
* СЛК-10. Уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям, толерантно воспринимать социальные и культурные различия.
* СЛК-11. Проявлять инициативу и креативность, в том числе в нестандартных ситуациях.

**профессиональных компетенций**, включающих знания и умения формулировать проблемы, решать задачи, разрабатывать планы и обеспечивать их выполнение в избранной сфере профессиональной деятельности:

* ПК-1. Формировать физическую культуру личности.
* ПК-2. Формировать гуманистическое мировоззрение, нравственное сознание и нравственное поведение.
* ПК-3. Воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности.
* ПК-4. Формировать у занимающихся систему научных знаний, умений, навыков и готовность к их использованию в процессе физического воспитания.
* ПК-5. Осваивать и использовать современные научно обоснованные методики физического воспитания.
* ПК-6. Работать с научно-методической литературой.
* ПК-7. Планировать организовывать, контролировать и корректировать процесс физического воспитании;
* ПК -8. Проводить и контролировать разные формы занятий физическими упражнениями;
* ПК-9. Выбирать и использовать средства и методы физического воспитания;
* ПК-10. Планировать уроки и другие формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, а также возрастных, половых особенностей, психофизических возможностей и физической подготовленности;
* ПК-11. Организовывать и проводить разнообразные формы занятий физическими упражнениями;
* ПК-12. Использовать приемы формирования мотивации к занятиям физическими упражнениями;
* ПК-13. Разрабатывать проекты и оснащать места проведения занятий специальным оборудования;
* ПК-14. Осваивать и использовать современные методики спортивной подготовки;
* ПК-15. Дифференцировать и индивидуализировать спортивную подготовку;
* ПК-16. Осуществлять физическую, техническую, тактическую, психологическую спортивную подготовку;
* ПК-17. Организовывать и проводить спортивный отбор;
* ПК-18. Контролировать и анализировать соревновательную деятельность;
* ПК-19. Судить соревнования и готовить судей по виду спорта;
* ПК-20. Обеспечивать безопасность спортивной подготовки, осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;
* ПК-21. Выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физических нагрузок и травм;
* ПК-22. Осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
* ПК-23. Работать с нормативными правовыми актами и другими документами;
* ПК-24. Анализировать и оценивать собранные данные.
* ПК-25. Взаимодействовать со специалистами смежных профилей.
* ПК-26. Вести переговоры с другими заинтересованными участниками.
* ПК-27. Пользоваться глобальными информационными ресурсами, владеть современными средствами телекоммуникаций.
* ПК-28. Анализировать и проектировать образовательный процесс, организационно-управленческую, спортивную, учебную и физкультурно-оздоровительную деятельность;
* ПК-29. Анализировать перспективы и направления развития спорта и физического воспитания.
* ПК-30. Системно представлять предметную область профессиональной деятельности и перспективы ее развития.
* ПК-31 Квалифицированно проводить научные исследования в области физической культуры и спорта.
* ПК-32. Использовать в процессе научных исследований в области физической культуры и спорта знания смежных дисциплин.
* ПК-33. Готовить научные статьи, рефераты, информационные сообщение и др.
* ПК-34. Разрабатывать методики коррекции и восстановления с учетом результатов научно-исследовательских работ.
* ПК-35. Нормировать и контролировать физическую нагрузку;
* ПК-36. Организовывать и проводить соревнования, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия;
* ПК-37. Организовывать активный отдых средствами физической культуры и спорта;
* ПК-38. Обеспечивать безопасное проведение занятий физическими упражнениями;
* ПК-39. Осуществлять пропаганду физической культуры, спорта и туризма, здорового образа жизни;
* ПК-40. Разрабатывать авторские лечебно-профилактические программы занятий, уроков физической культуры (физкультурных занятий) с учетом контингента занимающихся, условий образовательной среды;
* ПК- 41. Проводить подбор средств и методов физической культуры для восстановления здоровья и работоспособности у лиц с различными заболеваниями и разным уровнем функционального состояния, физической подготовленности;
* ПК- 42. Определять оптимальную дозировку физической нагрузки у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
* ПК-43. Проводить врачебно-педагогические наблюдения для учета эффективности восстановительного лечения средствами физической культуры.

Материал дисциплины «Врачебно-педагогический контроль» базируется на ранее полученных студентами знаниях по таким учебным курсам, как «Теория и методика физического воспитания», «Основы спортивной тренировки», «Гигиена», «Спортивная медицина».

Дисциплина специализации «Врачебно-педагогический контроль» изучается студентами 4 курса дневной формы обучения в 8 семестре. Общее количество часов – 60; аудиторное количество часов – 40, из них: лекции – 8 часов, в том числе УСР 2 часа, практические занятия – 16 часов, семинарские занятия – 16 часов. Форма отчетности – зачет

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

**ТЕМА 1 СПОРТИВНЫЕ ТРАВМЫ И ИХ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ**

Общая характеристика травм и повреждений. Причины возникновения спортивных травм (внешние, внутренние). Специфичность травм в различных видах спортивных игр (футбол, волейбол, баскетбол, гандбол, хоккей). Предупреждение травматизма при занятиях спортивными играми. Материально-техническое и организационное обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности. Погодные, климатические и географические условия мест подготовки и соревнований. Организация и проведение соревнований. Первая помощь при ушибах, растяжениях, вывихах. Доврачебная помощь при возникновении переломов и ран, сильного кровотечения. Правила накладывания повязок, шин. Транспортировка пострадавшего. Тейпы и их способы применения. Общие правила наложения тейпа. Ошибки при наложении лейкопластырных повязок.

**ТЕМА 2 ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ**

Задачи врачебного контроля. Основные виды и формы врачебного контроля. Медицинское обеспечение тренировочных занятий и соревнований. Участие в работе мандатной комиссии. Контроль за санитарным состоянием мест соревнований, тренировок, размещения и питания участников. Наблюдение врача за участниками соревнований. Медицинская помощь заболевшим или травмированным участникам соревнований. Гигиена тренировки и соревнований в спортивных играх Гигиеническое обеспечение занятий спортивными играми. Требования к местам занятий и соревнований. Гигиеническое обеспечение спортивных тренировок. Гигиенические требования к структуре, содержанию и нормированию тренировочных нагрузок на одной тренировке, в тренировочном цикле. Общие гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Личная гигиена спортсмена. Профилактика вредных привычек и предупреждение инфекционных заболеваний. Гигиена половой жизни. СПИД – возможность возникновения и предупреждение инфекционных заболеваний.

**ТЕМА 3. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ**

Цель и задачи педагогического контроля. Контроль за посещаемостью занятий. Контроль за тренировочными нагрузками. Контроль за состоянием занимающихся. Контроль за техникой упражнений. Учет спортивных результатов. Контроль за поведением во время соревнований. Виды педагогического контроля. Хронометрирование деятельности занимающихся на занятии. Общая и моторная плотность занятия. Определение физической нагрузки во время занятия. Контрольные испытания. Педагогические наблюдения за учебно-тренировочным процессом.

**ТЕМА 4. ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ И ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПОСЛЕ ТРАВМ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ**

Комплексная реабилитация после специфических травм. Этап медицинской реабилитации. Этап спортивной реабилитации. Этап спортивной тренировки. Педагогические, психологические и медико-биологические средства восстановления. Гидротерапия и больнетерапия. Физиотерапевтические средствам восстановления. Фармакологические средства восстановления. Питание как средство восстановления.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер раздела, темы | Название раздела, темы | Количество аудиторных часов | | | | | Количество часов  УСР | Форма контроля  знаний |
| Лекции | Практические  занятия | Семинарские  занятия | Лабораторные  занятия | Иное |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  |  | **8** | **16** | **16** |  |  | **2** |  |
| 1 | **Спортивные травмы и их предупреждение**  1.Общая характеристика травм и повреждений  2. Причины возникновения спортивных травм (внешние, внутренние).  3. Первая помощь при ушибах, растяжениях, вывихах  4. Тейпы и их способы применения | **2** | **2** | **10** |  |  |  | АКР |
| 2 | **Врачебный контроль в спортивных играх**  1.Задачи врачебного контроля  2.Основные виды и формы врачебного контроля.  3.Гигиена тренировки и соревнований в спортивных играх | **2** | **4** | **4** |  |  |  | АКР |
| 3 | **Педагогический контроль в спортивных играх**  1.Цель и задачи педагогического контроля  2.Виды педагогического контроля  3.Определение физической нагрузки во время занятия | **2** | **6** |  |  |  |  | АКР |
| 4 | **Физическая реабилитация и восстановление после травм в спортивных играх**  1.Комплексная реабилитация после специфических травм  2.Педагогические, психологические и медико-биологические средства восстановления  3.Питание как средство восстановления | **2** | **4** | **2** |  |  | 2 | Защита рефератов |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | 40 |

**Информационно-методическая часть**

*Примерный перечень практических занятий*

1. Составление комплексов упражнений для профилактики специфических травм в спортивных играх
2. Наружный осмотр антропометрические измерения
3. Тестирование функционального состояния (проба Штанге, Генчи, функциональная проба с приседанием).
4. Хронометрирование и пульсометрия учебно-тренировочного занятия
5. Проведение контрольных испытаний по видам подготовки
6. Педагогическое наблюдение и анализ учебно-тренировочного занятия
7. Методика физической реабилитации и восстановления после травм верхнего плевого пояса
8. Методика физической реабилитации и восстановления после травм нижних конечностей

*Примерный перечень семинаров*

1. Специфичность травм в различных видах спортивных игр (футбол, волейбол, баскетбол, гандбол, хоккей)
2. Погодные, климатические и географические условия мест подготовки и проведения соревнований
3. Правила оказания первой помощи при ушибах, растяжениях, вывихах, возникновении переломов и ран, сильного кровотечения.
4. Правила накладывания повязок, шин и транспортировки пострадавшего
5. Предупреждение травматизма при занятиях спортивными играми
6. Общие гигиенические требования к спортивной одежде и обуви
7. Профилактика вредных привычек и предупреждение инфекционных заболеваний
8. Педагогические, психологические, медико-биологические, фармакологические средства восстановления

*Рекомендуемые формы контроля знаний*

1. Контрольные работы
2. Реферативные работы

*Рекомендуемые темы контрольных работ*

1. Причины возникновения спортивных травм
2. Врачебный контроль в спортивных играх
3. Педагогический контроль в спортивных играх

*Рекомендуемые темы реферативных работ*

1. Первая помощь при ушибах, растяжениях, вывихах,
2. Первая помощь при переломах и ранах, сильном кровотечении
3. Средства и методы транспортировки пострадавшего
4. Педагогические средства восстановления и повышения работоспособности
5. Психологически средства восстановления и повышения работоспособности
6. Медико-биологические средства восстановления и повышения работоспособности
7. Гидротерапия в системе восстановления спортсменов-игровиков
8. Бальнеотерапия в системе восстановления спортсменов-игровиков
9. Физиотерапевтические средствам восстановления в спортивных играх
10. Фармакологические средства восстановления в спортивных играх
11. Питание как средство восстановления в спортивных играх

*Примерный перечень вопросов*

1. Общая характеристика травм и повреждений
2. Причины возникновения спортивных травм (внешние, внутренние).
3. Правила накладывания повязок, шин и транспортировки пострадавшего
4. Первая помощь при ушибах, растяжениях, вывихах
5. Тейпы и их способы применения
6. Задачи врачебного контроля
7. Основные виды и формы врачебного контроля
8. Гигиена тренировки и соревнований в спортивных играх
9. Педагогический контроль в спортивных играх
10. Цель и задачи педагогического контроля
11. Виды педагогического контроля
12. Определение физической нагрузки во время занятия
13. Комплексная реабилитация после специфических травм
14. Педагогические, психологические и медико-биологические средства восстановления
15. Питание как средство восстановления
16. Общие гигиенические требования к спортивной одежде и обуви
17. Профилактика вредных привычек и предупреждение инфекционных заболеваний
18. Методика наружного осмотра, антропометрических измерений
19. Методика тестирование функционального состояния (проба Штанге, Генчи, функциональная проба с приседанием).
20. Хронометрирование и пульсометрия учебно-тренировочного занятия
21. Методика проведения контрольных испытаний по видам подготовки
22. Методика физической реабилитации и восстановления после травм верхнего плевого пояса
23. Методика физической реабилитации и восстановления после травм нижних конечностей

*Рекомендуемая литература*

**Основная**

1. Башкиров, В. Ф. Возникновение и лечение травм у спортсменов / В. Ф. Башкиров. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 224 с.
2. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина: учебное пособие: в 2 ч. / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. – М.: Советский спорт, 2004. – Ч. 2. – 360 с.
3. Дубровский, В. И. Реабилитация в спорте / В. И. Дубровский. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 200 с.
4. Журавлева, А. И. Спортивная медицина и лечебная физкультура / А. И. Журавлева, Н. Д. Граевская. – М.: Медицина, 1993. – 293 с.
5. Макарова, Г. А. Спортивная медицина: учебник / Г. А. Макарова. – М.: Советский спорт, 2002. – 480 с.
6. Минх, А. А. Очерки по гигиене физических упражнений и спорта / А. А. Минх. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 135 с.
7. Черный, В. М. Спорт без травм / В. М. Черный. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 96 с.

**Дополнительная**

1. Волков, В.Н. Клиническая оценка утомления во врачебно-спортивной практике / В. Н. Волков. – Челябинск: Юж.-Уральск. кн. изд-во, 1973. – 170 с.
2. Полиевский, С. А. Гигиена спортивной одежды и снаряжения / С. А. Полиевский. – М.: Медицина, 1987. – 178 с.
3. Мирзоев, О. М. Применение восстановительных средств в спорте / О. М. Мирзоев. – М.: Спортакадемпресс. – 2000. – 204 с.
4. Нарскин, А. Г. Восстановление работоспособности у спортсменов: практическое пособие / Нарскин А. Г., Масло М. И. – Мозырь: УО МГПУ им. И.П. Шамякина, 2007. – 120 с.
5. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
6. Франке, К Спортивная травматология / К. Франке. – М.: Медицина, 1981. – 78 с.

ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ УВО

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Название  дисциплины,  с которой  требуется согласование | Название  кафедры | Предложения  об изменениях в содержании учебной программы  по изучаемой учебной  дисциплине | Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола) |
| «Теория и методика физического воспитания» | Кафедра теории и методики физической культуры |  | Рекомендовать к утверждению учебную программу в представленном варианте  протокол № \_\_\_ от \_\_\_.\_\_\_.20\_\_ |
| «Теория спорта» | Кафедра теории и методики физической культуры |  | Рекомендовать к утверждению учебную программу в представленном варианте  протокол № \_\_\_ от \_\_\_.\_\_\_.20\_\_ |
| «Гигиена», | Кафедра оздоровительной лечебной физической культуры |  | Рекомендовать к утверждению учебную программу в представленном варианте  протокол № \_\_\_ от \_\_\_.\_\_\_.20\_\_ |
| «Спортивная медицина» | Кафедра оздоровительной лечебной физической культуры |  | Рекомендовать к утверждению учебную программу в представленном варианте  протокол № \_\_\_ от \_\_\_.\_\_\_.20\_\_ |

ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ

на \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_ учебный год

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №№  пп | Дополнения и изменения | Основание |
|  |  |  |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры

спортивных дисциплин

(протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.)

Заведующий кафедрой

спортивных дисциплин к. пед. н., доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.В. Шеренда

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры УО «ГГУ им. Ф. Скорины»

доктор пед. н., профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Г.И. Нарскин