федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Оренбургский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ**

**ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

по направлению подготовки

31.08.39 «Лечебная физкультура и спортивная медицина»

Является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования по специальности 31.08.39 «Лечебная физкультура и спортивная медицина»

утвержденной ученым советом ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России

протокол № 11 от «22» июня 2018 г.

Оренбург

**1. Методические рекомендации к лекционному курсу**

**Модуль № 1.** Лечебная физкультура

**Лекция №1.**

**Тема**: Приказ Минздрава РФ от 29.12.2012 N1705н – О порядке организации медицинской реабилитации.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания о порядке организации медицинской реабилитации, ознакомить с Приказом Минздрава РФ от 29.12.2012 N1705н.

**Аннотация лекции.**

Дается современное представление об организации медицинской реабилитации в Российской федерации. Приводятся сведения из Приказа Минздрава РФ от 29.12.2012 N1705н – О порядке организации медицинской реабилитации.

**Форма организации лекции:** *тематическая, информационная.*

**Методы обучения, применяемые на лекции**: *компъютерная презентация*

**Средства обучения**:

-материально-технические *мультимедийный проектор*.

**2. Методические рекомендации по проведению практических занятий.**

**Модуль № 1.** Лечебная физкультура

**Тема 1. 1.Организация лечебной физкультуры 2.Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности 3.Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки. Гигиена физических упражнений.**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания об организации лечебной физкультуры, анатомо-физиологических основах мышечной деятельности, теории и методике физического воспитания и спортивной тренировки, гигиене физических упражнений.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Проверка присутствующих;  Уточнение причин отсутствующих;  Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;  Объявление темы, цели занятия;  Ответы на вопросы студентов по теме занятия;  Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;  Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*  Вопросы для письменного опроса   1. Основные принципы использования средств лечебной физической культуры в профилактике и лечении заболеваний, а также в комплексной медицинской и социальной реабилитации больных. 2. Место лечебной физкультуры в этапной медицинской реабилитации (стационар, поликлиника, восстановительный центр, санаторий, группа здоровья). 3. Вопросы организации лечебной физкультуры в стационаре,поликлинике, санатории и на курорте 4. Взаимосвязь лечебной физкультуры с другими методами лечения:медикаментозным, оперативным, физиотерапевтическим, бальнеотерапевтическим, а также с другими немедикаментозными методами терапии. 5. 5 Определение метода ЛФК. Основные механизмы лечебного действия физических упражнений. Классификация средств и форм ЛФК. 6. 6 Принципы построения занятий по лечебной гимнастике.Методические приемы дозирования в процедуре лечебной гимнастики. Оперативные и интегративные методы контроля. 7. Клинико-физиологическое обоснование применения метода ЛФК в лечебной практике. Форма схем и конспектов занятий ЛФК. Двигательные режимы 8. Обоснование и формулировка задач ЛФК. Оценка эффективности занятий ЛФК. Сочетание ЛФК с другими методами лечения. 9. Показания и противопоказания к назначению ЛФК на разных этапах медицинской реабилитации. Алгоритм назначения средств ЛФК. 10. Основные принципы поэтапной системы реабилитации больных ОИМ. Фазы (этапы) реабилитации. Оперативные и интегративные методы контроля при физической реабилитации больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы. 11. 11 Стационарный и санаторный этапы физической реабилитации больных ОИМ. Функциональная классификация больных ИБС. 12. Современные программы физической реабилитации больных ИБС и ОИМ. Физические тренировки больных ИБС 13. Подбор адекватных средств реализации задач, формулировка методических указаний (вид упражнений, интенсивность нагрузки и т.д.).Основные показатели контроля эффективности физической реабилитации с использованием ЛФК больных ИБС и ОИМ. 14. Классификация и характеристика средств ЛФК, используемых в реабилитации пульмонологических больных. Принципы составления программ коррекции дыхательной недостаточности. 15. Постановка общих и специальных задач ЛФК в зависимости от периода заболевания. Выбор адекватных средств реализации задач и формулировка методических указаний. |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**  3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы  3б. Решение ситуационных задач. |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; * задание для самостоятельной подготовки обучающихся. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *таблицы, плакаты, рентгенограммы, спирограммы;*

-материально-технические: м*ультимедийный проектор.*

**Тема 2. 1.Физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы 2.Физическое перенапряжение других систем организма спортсменов 3.Медицинская и спортивная реабилитация больных спортсменов.**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания об изменениях в сердечно-сосудистой и других системах организма спортсмена при занятиях физкультурой и спортом, о медицинской реабилитации спортменов.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Проверка присутствующих;  Уточнение причин отсутствующих;  Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;  Объявление темы, цели занятия;  Ответы на вопросы студентов по теме занятия;  Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;  Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*  Вопросы для письменного опроса   1. Физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы. 2. Физическое перенапряжение других систем организма спортсменов. 3. Медицинская и спортивная реабилитация больных спортсменов. 4. Самоконтроль спортсмена. Задачи и содержание. Ведение дневника   самоконтроля. Использование в самоконтроле простейших количественных показателей (ЧСС, ЧД, ЖЕЛ, массы тела). Анализ данных дневника.   1. Понятие о максимальной вентиляции легких. Легочная вентиляция у   спортсменов в покое и при физической нагрузке.   1. Структурные изменения в сердце, механизмы его перестройки. 2. Армирование физиологической гипертрофии и тоногенной дилатации камер   сердца при рациональной системе физической тренировки.   1. Характеристика функционального состояния организма спортсмена. 2. Влияние физической тренировки на кардиореспираторную систему, систему транспорта кислорода, обменные процессы, центральную нервную систему. 3. Понятие об остром коронарном синдроме. 4. Механизмы развития острого инфаркта миокарда. Патоморфологические изменения в миокарде при инфаркте и их динамика 5. Клиника неосложненного инфаркта миокарда. Атипичные варианты инфаркта миокарда. 6. Течение инфаркта миокарда у спортсменов 7. Реабилитация после инфаркта миокарда. 8. Профилактика инфаркта миокарда. |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**  3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы  3б. Решение ситуационных задач.  . |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; * задание для самостоятельной подготовки обучающихся. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *таблицы, плакаты, спирограммы;*

-материально-технические: м*ультимедийный проектор.*

**Тема 3. 1.Спортивные травмы 2.Система восстановления и повышения спортивной работоспособности**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания спортивных травмах, о системе восстановления и повышения спортивной работоспособности

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Проверка присутствующих;  Уточнение причин отсутствующих;  Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;  Объявление темы, цели занятия;  Ответы на вопросы студентов по теме занятия;  Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;  Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*  Вопросы для письменного опроса   1. Спортивные травмы. 2. Система восстановления и повышения спортивной работоспособности. 3. Применение медицинских тестов (функциональных проб) в определении функционального состояния организма, его функциональной готовности и в определении физической работоспособности спортсмена. 4. Принципы построения занятий по лечебной гимнастике. 5. Методические приемы дозирования в процедуре лечебной гимнастики. Оперативные и интегративные методы контроля 6. Исследование сухожильных рефлексов у спортсменов. 7. Функциональное состояние нервно-мышечного аппарата у спортсменов. 8. Электромиография и миотонометрия. 9. Педагогические, медико-биологические и психологические средства восстановления спортивной работоспособности. Понятие о фазности процессов восстановления: срочное, текущее, позднее. 10. Обоснование и формулировка задач ЛФК. Оценка эффективности занятий ЛФК. Сочетание ЛФК с другими методами лечения. 11. Понятие о тренированности. Физиологические показатели тренированности. Реакция организма на физические нагрузки различной мощности. Физиологическая и гигиеническая оценка основных видов спорта. 12. Значение специализированного питания в восстановлении и повышении работоспособности при спортивной деятельности. Понятие об углеводном насыщении мышц. 13. Показания и противопоказания к назначению ЛФК на разных этапах медицинской реабилитации. Алгоритм назначения средств ЛФК. 14. Простейшие функциональные пробы при изучении внешнего дыхания у спортсменов, их оценка и роль в управлении тренировочным процессом. 15. Роль специализированного питания в восстановлении пластического потенциала организма, белковые препараты. |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**  3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы  3б. Решение ситуационных задач.  . |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; * задание для самостоятельной подготовки обучающихся. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *таблицы, плакаты, спирограммы;*

-материально-технические: м*ультимедийный проектор.*

**Тема 4. 1.Определение и оценка физического развития 2.Средства и формы лечебной физкультуры и реабилитации 3.Лечебная физкультура в клинике внутренних болезней**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания об определении и оценке физического развития. Научить применять ЛФК в клинике внутренних болезней.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Проверка присутствующих;  Уточнение причин отсутствующих;  Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;  Объявление темы, цели занятия;  Ответы на вопросы студентов по теме занятия;  Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;  Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*  Вопросы для письменного опроса   1. Основные принципы поэтапной системы реабилитации больных ОИМ. Фазы (этапы) реабилитации. Оперативные и интегративные методы контроля при физической реабилитации больных с заболеваниями сердечно­ сосудистой системы. 2. Физиологическая характеристика состояния организма при спортивной деятельности. Функциональные и морфологические изменения в организме человека под влиянием систематической тренировки. 3. Спортивный массаж: механизмы воздействия на организм спортсмена. 4. Стационарный и санаторный этапы физической реабилитации больных ОИМ. Функциональная классификация больных ИБС. 5. Функциональное, состояние нервной и нервно-мышечной систем. Неврологический анамнез. Влияние спортивной тренировки на координацию. Ухудшение координации как показатель перетренировки. 6. Определение интенсивности, объема, плотности и напряженности тренировочного занятия. Динамика функционального состояния организма в подготовительном и основном (соревновательном) периоде. 7. Современные программы физической реабилитации больных ИБС и ОИМ. Физические тренировки больных ИБС. 8. Статическая и динамическая координация и их показатели (проба Ромберга, пальценосовая проба, треморография, стабилография и др.). Простейшие методы исследования сенсорных систем (анализаторов). 9. Планирование учебно-тренировочного процесса. Оценив эффективности построения тренировочного занятия. Контроль за динамикой функционального состояния спортсмена в тренировочном микроцикле. 10. Характеристика физических нагрузок (объем, интенсивность, вид), обуславливающих направленное изменение морфофункциональных показателей сердечно-сосудистой системы. Постановка общих и специальных задач ЛФК в зависимости от периода заболевания. 11. Основные медицинские требования к использованию физической культуры и спорта в занятиях с женщинами. Влияние физической культуры и спорта на менструальный цикл, беременность, роды, послеродовый период. |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**  3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы  3б. Решение ситуационных задач.  3в. Курация пациента  . |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; * задание для самостоятельной подготовки обучающихся. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *таблицы, плакаты, спирограммы;*

-материально-технические: м*ультимедийный проектор.*

**Тема 5. 1.Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата 2.Лечебная физкультура в хирургии и нейрохирургии 3.Лечебная физкультура в клинике нервных болезнейВид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания о лечебной физкультуре при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата, в хирургии и нейрохирургии, в клинике нервных болезней Научить применять ЛФК в клинике внутренних болезней.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Проверка присутствующих;  Уточнение причин отсутствующих;  Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;  Объявление темы, цели занятия;  Ответы на вопросы студентов по теме занятия;  Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;  Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*  Вопросы для письменного опроса   1. Подбор адекватных средств реализации задач, формулировка методических указаний (вид упражнений, интенсивность нагрузки и т.д.). Основные показатели контроля эффективности физической реабилитации с использованием ЛФК больных ИБС и ОИМ. 2. Функциональное состояние вегетативной нервной системы у спортсменов. Простейшие пробы вегетативной системы (проба Ашнера, исследование дермографизма и др.). 3. Заболевания внутренних органов, связанные с нерациональным тренировочным режимом. Некоторые заболевания желудочно-кишечного тракта, печени, почек, крови и др., наблюдающиеся у спортсменов. 4. Классификация и характеристика средств ЛФК, используемых в реабилитации пульмонологических больных. Принципы составления программ коррекции дыхательной недостаточности. 5. Методы определения гипертрофии стенок сердца и изменения полостной его емкости. Влияние спортивной специализации на объем сердца и его взаимосвязь со спортивными результатами. 6. Врачебно-педагогические наблюдения на тренировке. Содержание и задачи врачебно-педагогических наблюдений. 7. Постановка общих и специальных задач ЛФК в зависимости от периода заболевания. Выбор адекватных средств реализации задач и формулировка методических указаний. 8. Формирование патологической гипертрофии сердца, ее этиология, тактика врача и экспертное решение о целесообразности дальнейших занятий спортом. 9. Современные методы функциональных исследований, позволяющие определить эффективность физической реабилитации. 10. Понятие о миогенной дилатации спортивного сердца, причины ее возникновения и методы ее профилактики. 11. Особенности методик лечебной гимнастики, применяемые у больных с нагноительными и обструктивными заболеваниями легких на различных этапах реабилитации. |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**  3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы  3б. Решение ситуационных задач.  3в. Курация пациента  . |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; * задание для самостоятельной подготовки обучающихся. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *таблицы, плакаты, спирограммы;*

-материально-технические: м*ультимедийный проектор.*

**Модуль № 2.** Спортивная медицина

**Тема 1. 1.Медико-биологические проблемы отбора в спорте 2.Диспансеризация спортсменов 3.Углубленное медицинское обследование спортсменов**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания о порядке и методике диспансеризации спортсменов.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Проверка присутствующих;  Уточнение причин отсутствующих;  Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;  Объявление темы, цели занятия;  Ответы на вопросы студентов по теме занятия;  Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;  Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*  Вопросы для письменного опроса   1. Особенности функционального состояния сосудов у спортсменов с различной специализацией. Тактика врача при выявлении отклонений сосудистого тонуса у спортсменов. 2. Функциональное состояние вегетативной нервной системы у спортсменов. Простейшие пробы вегетативной системы (проба Ашнера, исследование дермографизма и др.). 3. Заболевания внутренних органов, связанные с нерациональным тренировочным режимом. Некоторые заболевания желудочно-кишечного тракта, печени, почек, крови и др., наблюдающиеся у спортсменов. 4. Физиологическая характеристика состояния организма при спортивной деятельности. Функциональные и морфологические изменения в организме человека под влиянием систематической тренировки. 5. Спортивный массаж: механизмы воздействия на организм спортсмена. 6. Исследование сухожильных рефлексов у спортсменов. Функциональное состояние нервно-мышечного аппарата у спортсменов. Электромиография и миотонометрия. 7. Структурные изменения в сердце, механизмы его перестройки. Армирование физиологической гипертрофии и тоногенной дилатации камер сердца при рациональной системе физической тренировки. 8. Педагогические, медико-биологические и психологические средства восстановления спортивной работоспособности. Понятие о фазности процессов восстановления: срочное, текущее, позднее. 9. Понятие о тренированности. Физиологические показатели тренированности. Реакция организма на физические нагрузки различной мощности. Физиологическая и гигиеническая оценка основных видов спорта. 10. Значение специализированного питания в восстановлении и повышении работоспособности при спортивной деятельности. Понятие об углеводном насыщении мышц. |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**  3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы  3б. Решение ситуационных задач. |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; * задание для самостоятельной подготовки обучающихся. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *таблицы, плакаты, рентгенограммы, спирограммы;*

-материально-технические: м*ультимедийный проектор.*

**Модуль № 2.** Спортивная медицина

**Тема 2. 1.Тестирование физической работоспособности 2.Врачебно-педагогические наблюдения 3.Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания о порядке и методике врачебно-педагогического контроля.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Проверка присутствующих;  Уточнение причин отсутствующих;  Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;  Объявление темы, цели занятия;  Ответы на вопросы студентов по теме занятия;  Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;  Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*  Вопросы для письменного опроса  1. Тестирование физической работоспособности  2. Врачебно-педагогические наблюдения  3. Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом   1. Функциональное состояние вегетативной нервной системы у спортсменов. Простейшие пробы вегетативной системы (проба Ашнера, исследование дермографизма и др.). 2. Заболевания внутренних органов, связанные с нерациональным тренировочным режимом. Некоторые заболевания желудочно-кишечного тракта, печени, почек, крови и др., наблюдающиеся у спортсменов. 3. Классификация и характеристика средств ЛФК, используемых в реабилитации пульмонологических больных. Принципы составления программ коррекции дыхательной недостаточности. 4. Методы определения гипертрофии стенок сердца и изменения полостной его емкости. Влияние спортивной специализации на объем сердца и его взаимосвязь со спортивными результатами. 5. Врачебно-педагогические наблюдения на тренировке. Содержание и задачи врачебно-педагогических наблюдений. 6. Постановка общих и специальных задач ЛФК в зависимости от периода заболевания. Выбор адекватных средств реализации задач и формулировка методических указаний. 7. Формирование патологической гипертрофии сердца, ее этиология, тактика врача и экспертное решение о целесообразности дальнейших занятий спортом. 8. Современные методы функциональных исследований, позволяющие определить эффективность физической реабилитации. |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**  3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы  3б. Решение ситуационных задач. |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; * задание для самостоятельной подготовки обучающихся. |

**Модуль № 2.** Спортивная медицина

**Тема 3. 1.Роль врача в управлении тренировочным процессом 2. Антидопинговый контроль 3. Питание спортсменов**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания о порядке и методике врачебно-педагогического контроля.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Проверка присутствующих;  Уточнение причин отсутствующих;  Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;  Объявление темы, цели занятия;  Ответы на вопросы студентов по теме занятия;  Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;  Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*  Вопросы для письменного опроса  1. Тестирование физической работоспособности  2. Врачебно-педагогические наблюдения  3. Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом   1. Функциональное состояние вегетативной нервной системы у спортсменов. Простейшие пробы вегетативной системы (проба Ашнера, исследование дермографизма и др.). 2. Заболевания внутренних органов, связанные с нерациональным тренировочным режимом. Некоторые заболевания желудочно-кишечного тракта, печени, почек, крови и др., наблюдающиеся у спортсменов. 3. Классификация и характеристика средств ЛФК, используемых в реабилитации пульмонологических больных. Принципы составления программ коррекции дыхательной недостаточности. 4. Методы определения гипертрофии стенок сердца и изменения полостной его емкости. Влияние спортивной специализации на объем сердца и его взаимосвязь со спортивными результатами. 5. Врачебно-педагогические наблюдения на тренировке. Содержание и задачи врачебно-педагогических наблюдений. 6. Постановка общих и специальных задач ЛФК в зависимости от периода заболевания. Выбор адекватных средств реализации задач и формулировка методических указаний. 7. Формирование патологической гипертрофии сердца, ее этиология, тактика врача и экспертное решение о целесообразности дальнейших занятий спортом. 8. Современные методы функциональных исследований, позволяющие определить эффективность физической реабилитации. |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**  3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы  3б. Решение ситуационных задач. |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; * задание для самостоятельной подготовки обучающихся. |

**Модуль № 2.** Спортивная медицина

**Тема 4. 1.Медико-биологическое обеспечение спортсменов в условиях учебно-тренировочных сборов и соревнований 2.Физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы 3.Физическое перенапряжение других систем организма спортсменов**.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания о порядке и методике врачебно-педагогического контроля.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Проверка присутствующих;  Уточнение причин отсутствующих;  Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;  Объявление темы, цели занятия;  Ответы на вопросы студентов по теме занятия;  Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;  Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*  Вопросы для письменного опроса  1. Тестирование физической работоспособности  2. Врачебно-педагогические наблюдения  3. Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом   1. Функциональное состояние вегетативной нервной системы у спортсменов. Простейшие пробы вегетативной системы (проба Ашнера, исследование дермографизма и др.). 2. Заболевания внутренних органов, связанные с нерациональным тренировочным режимом. Некоторые заболевания желудочно-кишечного тракта, печени, почек, крови и др., наблюдающиеся у спортсменов. 3. Классификация и характеристика средств ЛФК, используемых в реабилитации пульмонологических больных. Принципы составления программ коррекции дыхательной недостаточности. 4. Методы определения гипертрофии стенок сердца и изменения полостной его емкости. Влияние спортивной специализации на объем сердца и его взаимосвязь со спортивными результатами. 5. Врачебно-педагогические наблюдения на тренировке. Содержание и задачи врачебно-педагогических наблюдений. 6. Постановка общих и специальных задач ЛФК в зависимости от периода заболевания. Выбор адекватных средств реализации задач и формулировка методических указаний. 7. Формирование патологической гипертрофии сердца, ее этиология, тактика врача и экспертное решение о целесообразности дальнейших занятий спортом. 8. Современные методы функциональных исследований, позволяющие определить эффективность физической реабилитации. |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**  3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы  3б. Решение ситуационных задач. |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; * задание для самостоятельной подготовки обучающихся. |

**Модуль № 2.** Спортивная медицина

**Тема 5. 1.Медицинская и спортивная реабилитация больных спортсменов 2.Спортивные травмы 3.Система восстановления и повышения спортивной работоспособности**.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания о реабилитации больных спортсменов.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Проверка присутствующих;  Уточнение причин отсутствующих;  Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;  Объявление темы, цели занятия;  Ответы на вопросы студентов по теме занятия;  Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;  Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*  Вопросы для письменного опроса  1. Тестирование физической работоспособности  2. Врачебно-педагогические наблюдения  3. Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом   1. Функциональное состояние вегетативной нервной системы у спортсменов. Простейшие пробы вегетативной системы (проба Ашнера, исследование дермографизма и др.). 2. Заболевания внутренних органов, связанные с нерациональным тренировочным режимом. Некоторые заболевания желудочно-кишечного тракта, печени, почек, крови и др., наблюдающиеся у спортсменов. 3. Классификация и характеристика средств ЛФК, используемых в реабилитации пульмонологических больных. Принципы составления программ коррекции дыхательной недостаточности. 4. Методы определения гипертрофии стенок сердца и изменения полостной его емкости. Влияние спортивной специализации на объем сердца и его взаимосвязь со спортивными результатами. 5. Врачебно-педагогические наблюдения на тренировке. Содержание и задачи врачебно-педагогических наблюдений. 6. Постановка общих и специальных задач ЛФК в зависимости от периода заболевания. Выбор адекватных средств реализации задач и формулировка методических указаний. 7. Формирование патологической гипертрофии сердца, ее этиология, тактика врача и экспертное решение о целесообразности дальнейших занятий спортом. 8. Современные методы функциональных исследований, позволяющие определить эффективность физической реабилитации. |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**  3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы  3б. Решение ситуационных задач. |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; * задание для самостоятельной подготовки обучающихся. |