

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Жуйкова Татьяна Валерьевна  
Должность: Директор  
Дата подписания: 22.07.2025 08:02:51  
Уникальный программный идентификатор:  
d3b13764ec715c944271e8630f1e6d3513421163

Министерство просвещения Российской Федерации  
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)  
Федерального государственного автономного образовательного учреждения  
высшего образования  
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Рабочая программа учебной дисциплины

## **ОП.14 Основы врачебного контроля**

Программа подготовки специалистов среднего звена  
по специальности 49.02.01 Физическая культура

Составитель:  
старший преподаватель кафедры БЖФК

А.С. Федюнина

Одобрена на заседании отделения среднего профессионального образования. Протокол от 26 февраля 2025 г. № 6.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности научно-методической комиссией ФСБЖ. Протокол от 26.02.2025 № 6.

Нижний Тагил  
2025

## Содержание

1	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2	РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
4	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
5	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18

## 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Программа учебной дисциплины ОП.14 «Основы врачебного контроля» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом (далее ФГОС) по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 11 ноября 2022 г. N 968.

### 1.1 Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП.14 «Основы врачебного контроля» предназначена для ведения занятий со студентами очной формы обучения, осваивающими программу подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

### 1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ

Дисциплина ОП.14 «Основы врачебного контроля» входит в блок «Общепрофессиональные дисциплины» профессионального цикла программы подготовки специалиста среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура. Учебным планом предусмотрено изучение данной дисциплины на 4 курсе (7 семестр).

Дисциплина «Основы врачебного контроля» тесно связана с другими учебными дисциплинами профессиональной подготовки и общепрофессионального цикла «Анатомия и физиология человека», «Гигиенические основы физической культуры и спорта».

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

*Цель:* формирование у студентов системы знаний, умений и навыков по врачебно-педагогическому контролю, лечебной физической культуре и массажу.

*Задачи:*

- сформировать систему знаний об организации врачебно-физкультурной службы, задачах и содержании врачебного контроля за занимающимися физкультурой, спортом, ЛФК;
- сформировать систему знаний о применении ЛФК в системе медицинской реабилитации;
- сформировать систему навыков и умений по врачебно-педагогическому наблюдению за лицами, занимающимися физкультурой, спортом, ЛФК; профилактического и текущего санитарного контроля мест и условий проведения занятий и соревнований;
- сформировать систему практических умений и навыков исследования функционального состояния организма человека;
- сформировать систему умений и навыков по применению лечебной физической культуры и массажа в системе медицинской реабилитации.

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

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;
- проводить простейшие функциональные пробы;
- под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК);
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

*знать:*

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;

- средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;
- показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;
- основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;
- особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины**

максимальная учебная нагрузка – 40 часа,

в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка – 32 часа,

из них лекционные занятия 10 часа,

практические (групповые) занятия 22 часа

самостоятельная работа – 6 часов.

ПАТТ – 2 часа

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Применение данной программы направлено на формирование элементов основных видов профессиональной деятельности учителя физической культуры в части освоения соответствующих общих (ОК) и профессиональных компетенций (ПК):

Код	Наименование результата обучения
ОК 8	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья
ПК 3.1	Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.

## 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем, ч
Максимальная учебная нагрузка (всего)	40
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	32
в том числе:	
лекционные занятия	10
практические занятия (групповые)	22
пАтт	2
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	6
Форма отчетности	дифференцированный зачет в 7 семестре

**3.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины**  
**ОП. 14 Основы врачебного контроля**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	1, 2
	«Основы врачебного контроля» как учебная дисциплина. Цель и задачи «Основ врачебного контроля» как дисциплины. Связь учебной дисциплины с другими дисциплинами и областями знаний. Ее роль в и место в подготовке специалиста по физической культуре. Понятие «врачебный контроль»		
<b>Раздел 1. Задачи врачебного контроля</b>		<b>36</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Организация врачебно-физкультурной службы	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	1, 2, 3
	Организация врачебно-физкультурной службы. Врачебно-физкультурные диспансеры – центры восстановительного лечения и организационно-методической работы по медицинскому обеспечению занимающихся физкультурой, спортом и ЛФК. Ознакомление со схемой медицинского обследования занимающихся физкультурой и спортом (ф.061/у и 062/у)		
	<b>Практические занятия</b> Исследование и оценка физического развития, телосложения, особенностей опорно-двигательного аппарата	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Заполнить таблицу «Исследование и оценка физического развития, телосложения, особенностей опорно-двигательного аппарата»	1	
<b>Тема 1.2</b> Задачи и содержание врачебного контроля за занимающимися физкультурой, спортом, ЛФК	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	1, 2, 3
	Особенности врачебного контроля при занятиях физкультурой и спортом в детском, юношеском, среднем и пожилом возрасте. Возрастные анатомно-физиологические особенности организма их значение для выбора адекватного двигательного режима. Врачебный контроль за женщинами	2	

	<p>Ознакомление со схемой врачебного обследования занимающихся физкультурой и спортом. рекомендации по коррекции нарушений физического развития.</p> <p>Критерии физического развития и физической подготовленности.</p>	2	
	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>Самостоятельное исследование физического развития.</p> <p>Выполнение демонстрационного задания: определить медицинскую группу индивида для занятий физической культурой по известным параметрам</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b></p> <p>Заполнить таблицу «Соматоскопия: морфологические особенности организма и типы телосложения»</p>		
<p><b>Тема 1.3</b></p> <p>Врачебно-педагогические наблюдения за лицами, занимающимися физкультурой, спортом, ЛФК</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	2	1, 2, 3
	<p>Отклонения и нарушения со стороны опорно-двигательного аппарата. Дефекты осанки, сколиозы. Плоскостопие.</p> <p>Противопоказания к занятиям физкультурой и спортом.</p> <p>Показания к занятиям лечебной физкультурой.</p> <p>Комплексная оценка данных антропометрии, самотоскопии и состояния здоровья с составлением заключения по физическому развитию и по коррекции выявленных нарушений.</p>		
	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>Экспертное наблюдение: определения уровня физического развития</p>	2	
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b></p> <p>Заполнить таблицу «Комплексная оценка данных антропометрии, самотоскопии и состояния здоровья с составлением заключения по физическому развитию и по коррекции выявленных нарушений»</p>	1	
<p><b>Тема 1.4</b></p> <p>Значение физических упражнений в условиях современной жизни</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	2	1, 2, 3
	<p>Влияние недостаточной двигательной активности на функции организма человека.</p> <p>Роль физической тренировки в восстановлении, сохранении и повышении работоспособности и устойчивости организма к действию неблагоприятных факторов.</p> <p>Влияние физической тренировки на кардио-респираторную систему, на систему транспорта кислорода, на обменные процессы, на центральную</p>		

	<p>нервную систему.</p> <p>Функциональные и морфологические изменения в организме человека под влиянием систематической тренировки.</p> <p>Физиологические показатели тренированности. Реакция организма на физические нагрузки различной мощности.</p>		1, 2, 3
	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>Интерактивный опрос по методическим приемам, использующимся при врачебно-педагогическом наблюдении (определение плотности занятия, определение физиологической кривой урока, оценка степени утомления)</p>	2	
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b></p> <p>Заполнение врачебно-физкультурной карты и составление заключения в зависимости от целей осмотра</p>	1	
<p><b>Тема 1.5</b></p> <p>Профилактический и текущий санитарный контроль мест и условий проведения занятий и соревнований</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	2	1, 2, 3
	<p>Предупредительный надзор при проектировании и строительстве спортивных сооружений или выделении специальных помещений для занятий.</p> <p>Текущий надзор за выполнением установленных санитарных правил содержания мест занятий</p> <p>Выполнения санитарно-гигиенических правил в отношении условий и мест проведения занятий физкультурой (температура, влажность, освещение, покрытие, готовность спортивного инвентаря и т.п.).</p>		
	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>Тестирование «Типы реакции на нагрузку при проведении оперативного экспресс-контроля»</p> <p>Самостоятельное проведение текущего надзора за выполнением установленных санитарных правил содержания мест занятий (измерение температуры, влажности, освещения и т.д.) и его оценка</p>	4	
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b></p> <p>Подготовка к проверке портфолио по разделу</p>	2	
<b>Всего:</b>		<b>40</b>	



## 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Реализация учебной дисциплины осуществляется в кабинете основ медицинских знаний.

Технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиапроектор, тонометр, весы, ростометр, сантиметр, динамометр, спирометр, стэп-плапформа, метроном.

### 4.2. Информационное обеспечение обучения

#### *Основная литература*

1 Лермонтова, Л. Ю. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой : учебно-методическое пособие / Л. Ю. Лермонтова. — Воронеж : ВГАС, 2023. — 88 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/394352>.

2 Маргазин, В. А. Лечебная физическая культура : руководство / В. А. Маргазин ; Под редакцией В. А. Маргазина. — Санкт-Петербург : СпецЛит, 2024. — 863 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/159144>

3 Ромашин, О. В. Некоторые неотложные состояния в практике спортивной медицины / О. В. Ромашин, А. В. Смоленский, В. Ю. Преображенский ; Под ред.: Лядов К. В.. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 132 с. — ISBN 978-5-507-44361-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/222617>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### *Дополнительная литература*

1. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина : Курс лекций и практические занятия [Текст] : учеб. пособие для вузов по направлению 521900 - Физ. культура и спец. 022300 - Физ. культура и спорт [в 2 ч.] / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. - Москва : Советский спорт, 2008 - . Ч. 1. - [2-е изд., стер.]. - 2008. - 299 с.

2. Третьякова, Н. В. Лечебная физическая культура и массаж [Текст] : учебное пособие / Н. В. Третьякова ; М-во образования и науки Рос. Федерации, ФГАОУ ВПО "Рос. гос. проф.-пед. ун-т". - Екатеринбург : РГППУ, 2013

3. Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура [Текст] : учебное пособие для вузов / В. А. Епифанов. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2009

4. Калюжнова, И. А. Лечебная физкультура и оздоровительная гимнастика [Текст] : домашний справочник / И. А. Калюжнова, О. В. Перепелова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2009

5. Курдыбайло, С. Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре [Текст] : [учеб. пособие для вузов и сред. проф. учеб. заведений по спец. 022500 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физ. культура) и 0323 - Адаптивная физ. культура] / С. Ф. Курдыбайло и др. - Москва : Советский спорт, 2003. - 179 с.

6. Ланда, Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности [Текст] : учеб. пособие для вузов по направлению 521900 "Физ. культура" и спец. 022300 "Физ. культура и спорт" / Б. Х. Ланда. - 2-е изд. - Москва : Советский спорт, 2005. — 184 с.

7. Массаж и лечебная физкультура [Текст] / И. Н. Макарова [и др.]. - Москва : ЭКСМО, 2009. - 252, с.

8. Третьякова, Наталия Владимировна. Лечебная физическая культура и массаж [Текст] : учебное пособие / Н. В. Третьякова ; М-во образования и науки Рос. Федерации, ФГАОУ ВПО "Рос. гос. проф.-пед. ун-т". - Екатеринбург : РГППУ, 2013.

9. Федоров, А. И. Комплексный педагогический контроль как основа управления

тренировочным процессом [Текст] : учеб. пособие для вузов физ. культуры / А. И. Федоров, В. Н. Береглазов ; Гос. ком. Рос. Федер. по физ. культуре, спорту и туризму, Всерос. федер. легкой атлетики, Урал. гос. акад. физ. культуры. - Челябинск : [б. и.], 2001. - 164 с.

#### *Электронные ресурсы*

1. Интернет библиотека электронных книг Elibrus [электронный ресурс]. Режим доступа: [http:// elibrus.lgb.ru/psi.shtml](http://elibrus.lgb.ru/psi.shtml).
2. Каталог образовательных интернет-ресурсов [электронный ресурс]. Режим доступа: [http://www.edu.ru/index.php?pade\\_id=6](http://www.edu.ru/index.php?pade_id=6)
3. Библиотека портала [электронный ресурс]. Режим доступа: [http://www.edu.ru/index.php?pade\\_id=242](http://www.edu.ru/index.php?pade_id=242).
4. Научная электронная библиотека ELIBRARY.RU [электронный ресурс]. Режим доступа: <http://elibraru.ru/defaultx.asp>
5. Медико-биологическое обеспечение спорта за рубежом/Авт-сост.: Макарова Г.А., Поляев Б.А. – М.: Советский спорт, 2012 [электронный ресурс]. Режим доступа: <http://e.lanbook.com/view/book/4099>
6. Макарова Г.А., Никулин Л.А., Шашель В.А. — Медицинское обеспечение детского и юношеского спорта: краткий справочник М.: Советский спорт, 2009 [электронный ресурс]. Режим доступа: <http://e.lanbook.com/view/book/4100>

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», реализующий подготовку по данной учебной дисциплине, обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации и текущего контроля индивидуальных образовательных достижений – демонстрируемых студентами знаний, умений и навыков – в соответствии с имеющимися локальными нормативными актами, регламентирующими контрольно-оценочную деятельность.

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения практических занятий, опросов, тестирования. Освоение учебной дисциплины завершается промежуточной аттестацией, которую проводит педагог.

Формы и методы промежуточной аттестации и текущего контроля по учебной дисциплине разработаны безопасности жизнедеятельности и физической культуры и доводятся до сведения студентов не позднее, чем за два месяца до начала аттестации.

Для промежуточной аттестации и текущего контроля создан фонд контрольно-оценочных средств (ФОС). ФОС включают в себя педагогические контрольно-измерительные материалы, предназначенные для определения соответствия (или несоответствия) индивидуальных образовательных достижений основным показателям результатов подготовки (таблицы), а также памятки, алгоритмы для выполнения студентами различных видов работ.

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся не только сформированность профессиональных компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения практических занятий, опросов, тестирования.

Освоение учебной дисциплины заканчивается дифференцированным зачетом.

<b>Результаты (освоенные общие и профессиональные компетенции)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки</b>
ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления	Самостоятельно использовать средства ФКС для укрепления и сохранение	Наблюдение, собеседование, сочинение Наблюдение за процессами оценки и самооценки, видение путей самосовершенствования, стремление к повышению квалификации
	Занимается самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации	Наблюдение за процессами оценки и самооценки, видение путей самосовершенствования, стремление к повышению квалификации
ПК 3.1. Определять цели и задачи,	Определять цели и задачи учебно-тренировочного процесса и	Работа на занятиях. Зачет по учебной дисциплине

планировать учебные занятия по физической культуре.	руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта	
---	--	--