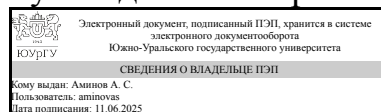


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель направления



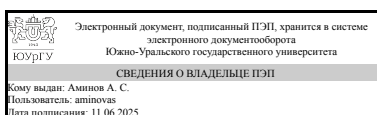
А. С. Аминов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины ФД.02 Профилактика спортивных травм
для направления 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
уровень Бакалавриат
форма обучения заочная
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

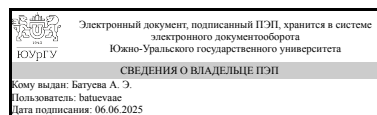
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 942

Зав.кафедрой разработчика,
к.биол.н., доц.



А. С. Аминов

Разработчик программы,
д.мед.н., проф., профессор



А. Э. Батуева

1. Цели и задачи дисциплины

формирование у студентов представлений о запрещенных средствах и методах, используемых в спорте с целью повышения спортивной результативности, что позволит предупредить заболевания и патологические состояния, связанные с их применением. Задачи: - изучение студентами классификации запрещенных средств и методов, повышающих спортивную результативность; - изучение различных патологических состояний здоровья, связанных с применением запрещенных средств, повышающих спортивную результативность; - формирование представлений об организации антидопингового контроля спортивно-тренировочного процесса; - приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для проведения антидопингового обеспечения спортивно-тренировочного процесса.

Краткое содержание дисциплины

Что такое борьба с допингом. История борьбы с допингом в спорте. Понятие допинга. Понятие допинга. "Запрещенный список": понятие, структура, порядок создания и изменения. Проверка лекарственных средств. Причины и последствия применения допинга. Образ мышления принимающих допинг, почему используется допинг. Спортивные ценности, честность, спортивная этика, правильное спортивное поведение. Ущерб, наносимый допингом, идее спорта. Допинг в элитных видах спорта, массовом спорте, детско-юношеском спорте и обществе. Химическая структура классов веществ, включенных в список. Эффекты производительности классов веществ, включенных в список. Последствия для здоровья при использовании запрещенных веществ или методов. Риск применения пищевых добавок: оценка риска и потребности. Разрешение на терапевтическое использование: понятие, значение, порядок получения. Цели и задачи борьбы с допингом. Международно-правовая и национальная система противодействия допингу в спорте. Международно-правовые основы антидопингового регулирования. Общие принципы борьбы с допингом. Всемирный антидопинговый кодекс. Международные антидопинговые стандарты. Международные организации в сфере антидопингового контроля: ВАДА, МОК. Система нормативно-правовых актов в области антидопингового регулирования в Российской Федерации. Национальная система противодействия допингу в спорте. Процедура допинг-контроля. Нарушения антидопинговых правил. Процедура допинг-контроля для крови и мочи. Выборы спортсменов, создание регистрируемых пулов тестирования и местонахождения. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории от получения образца до доставки результата. Права и обязанности спортсменов. Принцип "строгой ответственности". Роль и обязанности обслуживающего персонала. Осуществление управления результатами. Биологический паспорт спортсмена. Последствия нарушения антидопинговых правил. Понятие и виды нарушений антидопинговых правил. Субъекты допинговых нарушений. Роль спортсменов, обслуживающего персонала, родителей, клубов, спонсоров, политики, средств массовой информации и аудитории. Ответственность за применение допинга в российском законодательстве и международной практике. Криминализация допинга, последствия, сотрудничество между NADO и органами уголовного преследования. Профилактические антидопинговые мероприятия. Общие принципы организации и проведения антидопинговой профилактической работы. Отечественный опыт разработки педагогических антидопинговых технологий.

Лучшая практика антидопингового образования. Важность антидопингового образования. Процесс антидопингового обеспечения в конкретной организации.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-14 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	Знает: факторы и причины травматизма; способы профилактики спортивных травм Умеет: проводить мероприятия по профилактике спортивных травм на занятиях адаптивной физической культурой

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
1.О.19 Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом, 1.О.18 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни, 1.О.26 Спортивные и физкультурно-массовые сооружения и тренажеры, 1.О.20 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	Не предусмотрены

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
1.О.20 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	Знает: методические основы рациональной организации суточного режима; санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой; основы составления суточного рациона для занимающихся адаптивной физической культурой; санитарно-гигиенические требования к проведению занятий по адаптивной физической культуре; , санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом.; нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; основные

	методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; факторы и причины заболеваний, функциональных нарушений в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности; гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп Умеет: составлять суточный режим занимающихся адаптивной физической культурой с учетом погодных условий и акклиматизационных факторов; контролировать исполнение занимающимися выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья; осуществлять контроль соблюдения санитарно-гигиенических правил охраны жизни и здоровья обучающихся, обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах Имеет практический опыт: составления режима дня и суточного рациона для занимающихся адаптивной физической культурой, составления плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; обеспечения безопасности проведения физкультурно-оздоровительных занятий: профилактики травматизма, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации
1.О.19 Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом	Знает: технику безопасности при осуществлении профессиональной деятельности Умеет: проводить мероприятия по профилактике травматизма на занятиях адаптивной физической культурой и адаптивным спортом Имеет практический опыт: обеспечения техники безопасности на занятиях адаптивной физической культурой и адаптивным спортом
1.О.18 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Знает: составляющие и факторы здорового образа жизни; основы организации здорового образа жизни; закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; методические основы

	рациональной организации питания, в том числе при занятиях адаптивной физической культурой, приемы оказания первой доврачебной помощи; этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; внешние признаки утомления и переутомления занимающихся, требования безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм Умеет: использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни; формировать потребности к соблюдению личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания, распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; оказывать первую доврачебную помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь Имеет практический опыт: применения методик оценки физического развития детей и подростков; владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки, оказания первой доврачебной помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний
1.О.26 Спортивные и физкультурно-массовые сооружения и тренажеры	Знает: историю строительства спортивных сооружений; классификацию спортивных сооружений; особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; правила эксплуатации спортивных сооружений; параметры и оборудование различных спортивных объектов; расположение зрительских мест на трибунах; расположение помещений и устройства для судей и прессы; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в базовых видах физкультурно-оздоровительной деятельности; способы проверки наличия и

	качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования, правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; способы проверки наличия и качественных характеристик спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию Умеет: подбирать инвентарь и оборудование для проведения занятий и соревнований по базовым видам физкультурно-оздоровительной деятельности; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря, оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий Имеет практический опыт:
--	--

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч., 12,25 ч. контактной работы с применением дистанционных образовательных технологий

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		9
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72
<i>Аудиторные занятия:</i>	8	8
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	4	4
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	59,75	59,75
Подготовка реферата по дисциплине	15	15
Подготовка к экзамену	8,5	8.5
Подготовка к практическим занятиям, подготовка к теоретическому тестированию и прохождение теста, выполнение самостоятельных практических работ	36,25	36.25
Консультации и промежуточная аттестация	4,25	4,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Общие сведения о допинге. Роль МОК и WADA в антидопинговой работе в спорте	2	1	1	0
2	Спортивная фармакология и ее значение для спорта	2	1	1	0

	высших достижений				
3	Фармакологические средства и другие субстанции, запрещенные в спорте	2	1	1	0
4	Терапевтическое использование запрещенных препаратов в спорте. Допинговая экспертиза	2	1	1	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	История распространения допинга в спорте. Определение допинга и классификация допинговых средств и методов. Распространение допинга в современном спорте. Борьба МОК с применением допинга. Создание WADA и направление его деятельности. Роль МОК и WADA в антидопинговой работе в спорте. Пути решения проблемы допинга в современном спорте.	1
2	2	Спортивная фармакология и ее значение для спорта высших достижений. Фармакологические средства, повышающие адаптацию организма к нагрузкам. Протекторная фармакология в спорте.	1
3	3	Терапевтическое использование запрещенных препаратов в спорте. Лабораторный контроль в спорте. Допинговая экспертиза. Биологический паспорт спортсмена.	1
4	4	Запрещенные анаболические средства. Стимуляторы, адreno-блокаторы и наркотические средства. Генный допинг, особые субстанции и запрещенные методы	1

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Пути решения проблемы допинга в современном спорте	1
2	2	Фармакологические средства и другие субстанции, запрещенные в спорте	1
3	3	Терапевтическое использование запрещенных препаратов в спорте	1
4	4	Лабораторный контроль в спорте. Допинговая экспертиза	1

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка реферата по дисциплине	1 ЭУМД №1 с.3-108 2 ЭУМД №2 с. 4-136 3 ЭУМД №3 с. 12-268 4 ЭУМД №4 с. 6-122 5 ЭУМД №5 с. 4-72	9	15
Подготовка к экзамену	1 ЭУМД №1 с.3-108 2 ЭУМД №2 с. 4-136 3 ЭУМД №3 с. 12-268 4 ЭУМД №4 с. 6-122 5 ЭУМД №5 с. 4-72 6 Конспекты лекций	9	8,5

Подготовка к практическим занятиям, подготовка к теоретическому тестированию и прохождение теста, выполнение самостоятельных практических работ	1 ЭУМД №1 с.3-108 2 ЭУМД №2 с. 4-136 3 ЭУМД №3 с. 12-268 4 ЭУМД №4 с. 6-122 5 ЭУМД №5 с. 4-72 6 Конспекты лекций	9	36,25
---	--	---	-------

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	9	Промежуточная аттестация	Экзамен	-	12	Билет состоит из 3-х вопросов 4 балла - дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента; 3 балла - дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. Могут допущены недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа; 2 балла - дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Ответ логичен и изложен в терминах науки. Могут быть допущены 2-3 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется	экзамен

						исправить самостоятельно; 1 балл - дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины	
2	9	Текущий контроль	Опрос	10	3	3 – ответ полный правильный 2 – ответ неполный правильный 1 - ответ неправильный 0 - не смог ответить на вопрос	экзамен
3	9	Текущий контроль	Задание	15	15	5 заданий по 3 балла: 3 - правильно и полно выполнил задание 2 - правильно, но представил не полный ответ 1 - не правильно выполнил задание 0 - не выполнил задание	экзамен
4	9	Текущий контроль	Подготовка реферата по дисциплине	15	8	1 балл - соответствие плана теме реферата; 1 балл - соответствие содержания теме и плану реферата; 1 балл - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; 1 балл - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.); 1 балл - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; 1 балл - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы; 1 балл - правильное оформление реферата и библиографического списка; 1 балл - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений	экзамен
5	9	Текущий контроль	Задание	15	24	8 заданий по 3 балла: 3 - правильно и полно выполнил задание 2 - правильно, но представил не полный ответ 1 - не правильно выполнил задание 0 - не выполнил задание	экзамен
6	9	Текущий	Теоретическое	15	30	Тест состоит из 30 вопросов,	экзамен

		контроль	тестирование			правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0. Время выполнения - 40 минут. Количество попыток - 2, в зачет лучшая.	
7	9	Текущий контроль	Теоретическое тестирование	15	45	Тест состоит из 45 вопросов, правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0. Время выполнения - 55 минут. Количество попыток - 2, в зачет лучшая.	экзамен
8	9	Текущий контроль	Практические работы	15	12	Практические работы - 4 по 3 балла: 3 – задание выполнено в полном объеме и без замечаний 2 – задание выполнено в неполном объеме и без замечаний 1 - задание выполнено в неполном объеме и с замечаниями 0 - не смог ответить на вопрос	экзамен

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
экзамен	Экзамен проводится в форме устного опроса. Студент берет случайный билет. Билет состоит из 3-х вопросов. Время на подготовку не более 30 минут	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ							
		1	2	3	4	5	6	7	8
ОПК-14	Знает: факторы и причины травматизма; способы профилактики спортивных травм	+	+	+	+	+	+	+	+
ОПК-14	Умеет: проводить мероприятия по профилактике спортивных травм на занятиях адаптивной физической культурой							+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

Не предусмотрена

б) дополнительная литература:

Не предусмотрена

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Конспекты лекций по дисциплине "Основы антидопингового обеспечения"

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Конспекты лекций по дисциплине "Основы антидопингового обеспечения"

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	eLIBRARY.RU	Смоленский, А. В. Основы антидопингового обеспечения / А. В. Смоленский, А. В. Тарасов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Издательско-книготорговый центр "Колос-с", 2018. – 88 с. https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48257479
2	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Практическая спортивная медицина для тренеров / Г. А. Макарова, А. А. Матишев, М. А. Виноградов [и др.] ; под общей редакцией Г. А. Макаровой. — Москва : Спорт-Человек, 2022. — 624 с. https://e.lanbook.com/book/234428

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -База данных rolpred (обзор СМИ)(бессрочно)
2. ООО "ГарантУралСервис"-Гарант(31.12.2022)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Лекции	302 (6)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, колонки, микрофон, проектор, экран
Контроль самостоятельной работы	205 (ДС)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь
Самостоятельная работа студента	1 (1)	Автоматизированное рабочее место с выходом в Интернет: системный блок, монитор, клавиатура, мышь
Практические занятия и семинары	302 (6)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, колонки, микрофон, проектор, экран