Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Сибирский государственный индустриальный университет»

Кафедра физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ
Директор института физической культуры, здоровья и спорта
_____ В.Б. Костерев
подпись
«____» _____ 20___ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Основы врачебного контроля

49.02.01 «Физическая культура»
(направленность (профиль): «Физическая культура»)

Квалификация выпускника
Педагог по физической культуре и спорту

Форма обучения
Очная форма

Срок обучения: 2 года 10 месяцев

Год начала подготовки 2025

Новокузнецк
2025

СибГИУ
Подлинник электронного документа хранится в системе электронного согласования документов СибГИУ
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭП
Сертификат: 85803069ad438a660b5b2f3e26e54ad1dea85366
Владелец: Директор ИФКЗиС Костерев Вадим Борисович
Действителен: с 4 декабря 2025 г. по 27 февраля 2027 г.
Дата и время: 19-10-2026 17:39:14 ПРОВЕРИТЬ ПОДПИСЬ

1 Цели и задачи освоения учебной дисциплины

Целями учебной дисциплины являются:

– Формирование у обучающихся практико-ориентированных навыков интерпретации данных врачебного контроля и принятия педагогически обоснованных решений по планированию, коррекции и контролю физических нагрузок у занимающихся различных возрастных и функциональных групп.

Задачами учебной дисциплины являются:

– Сформировать понимание роли и зоны ответственности специалиста по физической культуре в системе врачебного контроля.;
– Обучить студентов методам врачебно-педагогических наблюдений и их использованию для оценки эффективности и безопасности занятий.;
– Развить навыки визуальной и функциональной оценки физического развития, осанки, стопы и двигательных резервов в условиях, доступных педагогу.;
– Научить интерпретировать антропометрические и функциональные данные (сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем) для дифференциации нагрузки.;
– Освоить методы самоконтроля и навыки обучения им занимающихся как инструмента управления физической активностью.;
– Развить способность комплексно анализировать медицинско-функциональный профиль и на его основе разрабатывать индивидуализированные рекомендации по содержанию и объёму физических нагрузок.

2 Место учебной дисциплины в структуре ООП по специальности

Учебная дисциплина относится к учебным дисциплинам общепрофессионального цикла ООП по специальности 49.02.01 «Физическая культура».

Учебная дисциплина базируется на предварительном усвоении обучающимися учебных дисциплин:

– Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий и занятий по виду спорта с населением различных возрастных групп;
– Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту;
– Возрастная анатомия, физиология и гигиена;
– Анатомия и физиология человека;
– Гигиенические основы физической культуры и спорта;
– Основы биомеханики;

– Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности;
– Физическая культура.

Учебная дисциплина дополняет умения и знания, получаемые по одновременно изучаемым и последующим учебным дисциплинам:

– Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов;
– Организация спортивно-массовых мероприятий по выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне";
– Производственная практика.

3 Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине

Процесс изучения учебной дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Профессиональные компетенции

– ПК 1.6.: Проводить работу по предотвращению применения допинга

– ПК 3.1.: Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп

– ПК 3.3.: Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь, знать:

Код ОК, ПК	Уметь	Знать
ПК 1.6. ПК 3.1. ПК 3.3.	Проводить врачебно-педагогические наблюдения и на их основе анализировать и корректировать занятия с учётом возраста и состояния участников; Выявлять визуальные нарушения осанки и стопы, подбирать коррекционные упражнения и давать рекомендации по режиму; Интерпретировать уже имеющиеся антропометрические и функциональные данные для распределения по группам здоровья и индивидуализации нагрузки; Проводить и оценивать простые функциональные пробы, делать выводы о	Основные цели, задачи и виды врачебного контроля в системе физического воспитания и оздоровления; Методику проведения врачебно-педагогических наблюдений; Признаки нарушений осанки, плоскостопия и их значение для подбора упражнений; Нормативные и предельные

	состоянии здоровья и уровне тренированности; Обучать занимающихся методам самоконтроля, анализировать дневники и корректировать программы на основе полученных данных; Разрабатывать индивидуальные оздоровительные и тренировочные рекомендации для населения разных возрастных групп; Распознавать нетипичные функциональные реакции и при необходимости направлять на медицинскую консультацию, в том числе для исключения применения допинга	значения функциональных показателей у разных возрастных групп; Практические методы оценки состояния сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, доступные педагогу; Принципы ведения и анализа дневника самоконтроля (включая цифровые форматы); Признаки аномальных физиологических реакций, которые могут свидетельствовать о применении запрещённых веществ; Алгоритмы взаимодействия с медицинскими службами (КВК, ВФД) и принятия педагогических решений при отклонениях в состоянии занимающихся.

4 Объем и содержание учебной дисциплины

Учебная деятельность обучающихся предусматривает учебные занятия (лекция, практическое занятие), самостоятельную работу, а также другие виды учебной деятельности, определенные учебным планом и календарным планом воспитательной работы.

Объем учебной дисциплины

Семестр / курс	***ИТОГО***	***6 семестр***
Форма		*зачет*

промежуточной аттестации		
Трудоёмкость, *академ. час.*	***90***	*90*
Лекции, *академ. час.*	***26***	*26*
в форме практической подготовки	***0***	*0*
Лабораторные работы, *академ. час.*	***0***	*0*
в форме практической подготовки	***0***	*0*
Практические занятия, *академ. час.*	***52***	*52*
в форме практической подготовки	***0***	*0*
Курсовая работа / проект, *академ. час.*	***0***	*0*
в форме практической подготовки	***0***	*0*
Консультации, *академ. час.*	***0***	*0*
в форме практической подготовки	***0***	*0*
Самостоятельная работа, *академ. час.*	***12***	*12*
в форме практической подготовки	***0***	*0*
Контроль, *академ. час.*	***0***	*0*
в форме практической подготовки	***0***	*0*

Содержание учебной дисциплины

Раздел 1 Роль и задачи врачебного контроля в педагогической деятельности специалиста по физической культуре (Врачебный контроль как составная часть педагогического процесса. Цели, задачи и содержание врачебного контроля. Взаимодействие педагога по физической культуре с врачебно-физкультурными диспансерами (ВФД)

и кабинетами врачебного контроля (КВК): зоны ответственности и передача данных. Виды врачебного контроля: предварительный, текущий, периодический);

Раздел 2 Врачебно-педагогические наблюдения (Цели и задачи врачебно-педагогических наблюдений в условиях учебных и оздоровительных занятий. Методы оценки физической нагрузки: определение плотности занятия, построение физиологической кривой урока, оценка степени утомления по субъективным и объективным признакам. Практическое применение результатов наблюдений: коррекция структуры, интенсивности и содержания занятия на основе данных врачебно-педагогического контроля.);

Раздел 3 Оценка физического развития и двигательных резервов (Сбор анамнеза: ключевые вопросы по состоянию здоровья, перенесённым заболеваниям, уровню физической активности — для безопасного планирования нагрузки. Наружный осмотр (соматоскопия): визуальная оценка осанки, стоп, мышечного тонуса — практические навыки педагога. Классификация типов нарушений осанки и плоскостопия с акцентом на подбор коррекционных упражнений, а не анатомическую теорию. Понятие телосложения (астеник, нормостеник, гиперстеник) и его значение при индивидуализации нагрузки. Плантография: простые методы (отпечаток стопы, анализ формы свода) в условиях школы или фитнес-центра без специализированного оборудования);

Раздел 4 Интерпретация антропометрических данных в педагогической практике (Цели и правила проведения антропометрических измерений: стандарты, условия, этика. Построение антропометрического профиля и его использование: распределение обучающихся по группам здоровья, дозировка нагрузки, мониторинг динамики эффективности оздоровительных программ. Методы оценки физического развития с учётом возрастно-половых нормативов и региональных особенностей.);

Раздел 5 Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы (Основные параметры: частота сердечных сокращений (ЧСС), артериальное давление (АД), характеристики сердечного ритма — возрастные нормы и признаки функциональных отклонений. Функциональные пробы: ортостатическая и клиностатическая пробы, проба Руфье, адаптированный тест PWC170 для школьников и взрослых. Интерпретация результатов: критерии снижения нагрузки, показания к направлению на медицинское обследование, педагогические решения по коррекции тренировочного процесса);

Раздел 6 Функциональное состояние системы внешнего дыхания (Основные дыхательные объёмы: жизненная ёмкость лёгких (ЖЕЛ), дыхательный объём (ДО), максимальная вентиляция лёгких (МВЛ) — методика измерения с использованием спирометра или пикфлоуметра. Оценочные параметры: частота дыхания (ЧД), тип дыхания (грудной,

брюшной, смешанный), экскурсия грудной клетки. Практическое применение: определение дыхательного резерва, подбор дыхательных упражнений, коррекция нагрузки при ограничениях (бронхиальная астма, ожирение и др.).);

Раздел 7 Оценка состояния нервной системы и нервно-мышечного аппарата (Простые педагогические пробы на координацию, равновесие и скорость реакции. Оценка вестибулярной устойчивости: пробы с вращением, поза Ромберга. Методы оценки функционального состояния вегетативной нервной системы: индекс Кердо, цветовая проба Лусчера. Использование полученных данных для подбора упражнений, профилактики перетренированности, адаптации программ для детей с нарушениями в развитии (НВЗ) и пожилых людей.);

Раздел 8 Самоконтроль как инструмент управления нагрузкой (Субъективные показатели: самочувствие, сон, аппетит, настроение; объективные: ЧСС в покое и после нагрузки, ЖЕЛ, масса тела. Функциональные пробы для самоконтроля: тест с 20 приседаниями, индекс ортостатической пробы. Форматы ведения дневника самоконтроля: бумажные и цифровые (фитнес-трекеры, мобильные приложения). Обучение занимающихся навыкам самоконтроля как часть педагогической деятельности. Связь самоконтроля со средствами восстановления: выбор методов на основе текущего состояния.);

Раздел 9 Интерпретация данных врачебного контроля в педагогической практике (Алгоритмы педагогических решений по результатам обследований: критерии распределения по медицинским группам, признаки необходимости коррекции программы, показания к направлению к врачу).

5 Перечень тем лекций

№ раздела / темы дисциплины	Темы лекций	Трудоемкость, *академ.час*	
		всего	**в форме практической подготовки**
Раздел 1.	Роль и задачи врачебного контроля в педагогической деятельности специалиста по физической культуре	2	
Раздел 2.	Врачебно-педагогические наблюдения	2	
Раздел 3.	Оценка физического развития и двигательных резервов	2	
Раздел 4.	Интерпретация антропометрических данных в педагогической практике	2	
Раздел 5.	Функциональное состояние сердечно-сосудистой	4	

	системы		
Раздел 6.	Функциональное состояние системы внешнего дыхания	4	
Раздел 7.	Оценка состояния нервной системы и нервно-мышечного аппарата	4	
Раздел 8.	Самоконтроль как инструмент управления нагрузкой	4	
Раздел 9.	Интерпретация данных врачебного контроля в педагогической практике	2	
Итого:		**26**	**0**

6 Перечень тем практических занятий (семинаров)

№ раздела / темы дисциплины	**Темы практических занятий (семинаров)**	**Трудоемкость, *академ.час***	
		всего	**в форме практической подготовки**
Раздел 1.	Роль и задачи врачебного контроля в педагогической деятельности специалиста по физической культуре	2	
Раздел 2.	Врачебно-педагогические наблюдения	8	
Раздел 3.	Оценка физического развития и двигательных резервов	6	
Раздел 4.	Интерпретация антропометрических данных в педагогической практике	4	
Раздел 5.	Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы	10	
Раздел 6.	Функциональное состояние системы внешнего дыхания	6	
Раздел 7.	Оценка состояния нервной системы и нервно-мышечного аппарата	6	
Раздел 8.	Самоконтроль как инструмент управления нагрузкой	4	
Раздел 9.	Интерпретация данных врачебного контроля в педагогической практике	6	
Итого:		**52**	**0**

7 Перечень тем лабораторных работ

№ раздела / темы дисциплины	Темы лабораторных работ	Трудоемкость, *академ.час*	
		всего	в форме практической подготовки
	Отсутствуют		
Итого:		**0**	**0**

8 Перечень тем курсовых работ (проектов)

№ раздела / темы дисциплины	Темы курсовых работ (проектов)	Трудоемкость, *академ.час*	
		всего	в форме практической подготовки
	Отсутствуют		
Итого:		**0**	**0**

9 Виды самостоятельной работы

№ раздела / темы дисциплины	Виды самостоятельной работы	Трудоемкость, *академ.час*	
		всего	в форме практической подготовки
Раздел 1.	1. Изучение лекционного материала; 2. Подготовка к практическому занятию.	1	
Раздел 2.	1. Изучение лекционного материала; 2. Изучение теоретического материала; 3. Подготовка к практическому занятию.	2	
Раздел 3.	1. Изучение лекционного материала; 2. Изучение теоретического материала; 3. Подготовка к практическому занятию.	1	
Раздел 4.	1. Изучение лекционного материала; 2. Изучение теоретического материала; 3. Подготовка к практическому занятию.	2	
Раздел 5.	1. Изучение лекционного материала; 2. Изучение теоретического материала;	1	

	3. Подготовка к практическому занятию.		
Раздел 6.	1. Изучение лекционного материала; 2. Изучение теоретического материала; 3. Подготовка к практическому занятию.	1	
Раздел 7.	1. Изучение лекционного материала; 2. Изучение теоретического материала; 3. Подготовка к практическому занятию.	1.5	
Раздел 8.	1. Изучение лекционного материала; 2. Изучение теоретического материала; 3. Подготовка к практическому занятию.	1	
Раздел 9.	1. Изучение лекционного материала; 2. Изучение теоретического материала; 3. Подготовка к практическому занятию.	1.5	
Итого:		**12**	**0**

10 Матрица компетентностных задач по учебной дисциплине

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Контролируемые компетенции	Оценочные средства
Раздел 1.	ПК 3.1.; ПК 3.3.	1. Вопросы для устного обсуждения (опроса); 2. Наблюдение за работой на практическом занятии; 3. Оценка участия в работе на лекционном занятии
Раздел 2.	ПК 3.1.; ПК 3.3.	1. Вопросы для устного обсуждения (опроса); 2. Наблюдение за работой на практическом занятии; 3. Оценка участия в работе на лекционном занятии
Раздел 3.	ПК 3.1.; ПК 3.3.	1. Вопросы для устного обсуждения (опроса); 2. Наблюдение за работой на

		практическом занятии; 3. Оценка участия в работе на лекционном занятии
Раздел 4.	ПК 3.1.; ПК 3.3.	1. Вопросы для устного обсуждения (опроса); 2. Наблюдение за работой на практическом занятии; 3. Оценка участия в работе на лекционном занятии
Раздел 5.	ПК 3.1.; ПК 3.3.	1. Вопросы для устного обсуждения (опроса); 2. Наблюдение за работой на практическом занятии; 3. Оценка участия в работе на лекционном занятии
Раздел 6.	ПК 3.1.; ПК 3.3.	1. Вопросы для устного обсуждения (опроса); 2. Наблюдение за работой на практическом занятии; 3. Оценка участия в работе на лекционном занятии
Раздел 7.	ПК 3.1.; ПК 3.3.	1. Вопросы для устного обсуждения (опроса); 2. Наблюдение за работой на практическом занятии; 3. Оценка участия в работе на лекционном занятии
Раздел 8.	ПК 3.1.; ПК 3.3.	1. Вопросы для устного обсуждения (опроса); 2. Наблюдение за работой на практическом занятии; 3. Оценка участия в работе на лекционном занятии
Раздел 9.	ПК 1.6.; ПК 3.1.; ПК 3.3.	1. Вопросы для устного обсуждения (опроса); 2. Наблюдение за работой на практическом занятии; 3. Оценка участия в работе на лекционном занятии
Зачет.	ПК 1.6.; ПК 3.1.; ПК 3.3.	1. Зачет на основе результатов тестирования

11 Входной контроль

11.1 Цель входного контроля – определить начальный уровень подготовленности обучающихся и выстроить индивидуальную траекторию обучения. В условиях личностно-ориентированной образовательной среды результаты входного оценивания обучающегося используются как начальные значения в индивидуальном профиле академической успешности обучающегося.

11.2 Описание оценочных средств

Форма проведения входного контроля – индивидуальный или фронтальный устный опрос. В ходе проведения входного контроля обучающимся предлагается ответить на вопросы по материалу, изученному в процессе освоения ООП СПО.

Шкала оценивания устных ответов обучающихся

Критерии оценки:

– правильность ответа по содержанию задания (учитывается количество и характер ошибок при ответе);

– полнота и глубина ответа (учитывается количество усвоенных фактов, понятий и т.п.);

– сознательность ответа (учитывается понимание излагаемого материала);

– логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией);

– сопровождение ответа примерами (учитывается умение грамотно и с пользой применять фактический материал для подкрепления теоретического при устном ответе);

– рациональность использования времени, отведенного на ответ (не одобряется затянутость выполнения задания, устного ответа во времени).

Оценку «зачтено» получает обучающийся, если он при собеседовании обнаруживает знание и понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры, в том числе и самостоятельно составленные; при ответе на вопросы излагает материал последовательно и правильно, полно и аргументировано отвечает по содержанию задания; рационально использует время, отведенное на ответ.

Оценку «не зачтено» получает обучающийся, который не рационально использует время, отведенное на ответ; обнаруживает незнание ответа на соответствующий вопрос; допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл; беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «не зачтено» отмечает такие недостатки в подготовке обучающегося, которые требуют проведения дополнительных индивидуальных консультаций.

Вопросы для входного контроля знаний обучающихся приведены в приложении.

12 Текущий контроль

12.1 Текущий контроль знаний используется для оперативного и регулярного управления учебной деятельностью (в том числе

самостоятельной) обучающихся. Данный вид контроля стимулирует у обучающихся стремление к систематической самостоятельной работе по изучению учебной дисциплины и позволяет оценить степень освоения изученного материала.

Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение семестра, в ходе повседневной учебной работы по индивидуальной инициативе педагогического работника, в том числе посредством использования СУО «Moodle».

Формы проведения текущего контроля – вопросы для устного обсуждения (опроса); наблюдение за работой на практическом занятии; оценка участия в работе на лекционном занятии.

12.2 Описание оценочных средств

Шкалы оценивания (методики оценки)

12.2.1 Рекомендации по оцениванию устных ответов обучающихся

С целью контроля и подготовки обучающихся к изучению новой темы в начале лекции педагогическим работником проводится индивидуальный или фронтальный устный опрос по выполненным заданиям предыдущего раздела (темы).

Критерии оценки:

– правильность ответа по содержанию задания (учитывается количество и характер ошибок при ответе);

– полнота и глубина ответа (учитывается количество усвоенных фактов, понятий и т.п.);

– сознательность ответа (учитывается понимание излагаемого материала);

– логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией);

– рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи (учитывается умение использовать наиболее прогрессивные и эффективные способы достижения цели);

– своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе (учитывается умение грамотно и с пользой применять наглядность и демонстрационный опыт при устном ответе);

– использование дополнительного материала (обязательное условие);

– рациональность использования времени, отведенного на задание (не одобряется затянутость выполнения задания, устного ответа во времени).

Оценка «отлично» ставится, если обучающийся:

– полно и аргументировано отвечает по содержанию задания;

– обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры, в том числе самостоятельно составленные;

– излагает материал последовательно и правильно.

Оценка «хорошо» ставится, если обучающийся дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1 – 2 ошибки, которые сам же исправляет.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений данного задания, но:

– излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;

– не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;

– излагает материал непоследовательно и допускает ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся обнаруживает незнание ответа на соответствующее задание, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «неудовлетворительно» отмечает такие недостатки в подготовке обучающегося, которые являются серьезным препятствием к успешному освоению последующего материала.

12.2.2 Рекомендации по оцениванию участия обучающихся в работе на лекционных занятиях

Формирование у обучающихся добросовестного и ответственного отношения к собственному профессиональному образованию проявляется в обязательном его присутствии на лекционном занятии.

На лекционных занятиях происходит формирование информационной компетентности обучающихся, в том числе способности фиксировать информацию с помощью конспектирования учебного материала. Преподаватель на лекционных занятиях акцентирует внимание обучающихся на том, как необходимо оформлять конспект лекций в тетради. По окончании лекционных занятий преподаватель осуществляет проверку тетрадей обучающихся и оценивает их.

Критерии оценки участия обучающихся в работе на лекционных занятиях

Наименование параметра оценки	Максимальное количество баллов за одно лекционное занятие

Наличие у обучающихся добросовестного и ответственного отношения к собственному профессиональному образованию, выраженное в посещении лекций	0,5
Умение конспектировать учебный материал в тетради, в том числе: - материал изложен последовательно, четко и аккуратно - в конспекте имеются изученные темы, основные термины, схемы	0,5
Всего	1

Если по результатам оценки участия обучающийся в лекционных занятиях в среднем за семестр обучающийся набрал не менее 0,5 баллов, то ему выставляется оценка «зачтено», менее 0,5 баллов – «не зачтено».

12.2.3 Рекомендации по оцениванию в процессе наблюдения за работой на практическом занятии

Наблюдение за работой на практическом занятии – важнейший компонент контроля деятельности обучающихся и качества их обучения.

Критерии оценки в процессе наблюдения за работой на практическом занятии:

– самостоятельность выполнения задания и работы с методическими указаниями (учитывается работа в течение занятия, быстрота и способность нахождения в методических указаниях нужной информации);

– правильность выполнения работы (учитывается последовательность выполняемых действий, умение работать с инструментами и/или средствами вычислительной техники);

– рациональность использования времени, отведенного на задание (не одобряется затянутость выполнения работы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся);

– активность обучающегося при выполнении практической работы (учитывается индивидуальная работа и работа в группе).

Критерии оценки по результатам наблюдения за работой на практическом занятии

Наименование параметра оценки	Максимальное количество баллов
Самостоятельно выполняет задания; умеет работать с методическими указаниями.	2,5
Указанные в методических указаниях действия выполняет в правильной последовательности; умеет работать с инструментами и/или средствами вычислительной техники.	1,25

Наименование параметра оценки	Максимальное количество баллов
Рационально использует время, отведенное на задание; проявляет активность при выполнении практической работы.	1,25
Итого	**5**

Максимальное количество – 5 баллов соответствует оценке «отлично», 4 балла – «хорошо», 3 балла – «удовлетворительно», 2 балла – «неудовлетворительно».

Задания и вопросы для текущего контроля знаний обучающихся по разделам (темам) учебной дисциплины приведены в приложении.

13 Промежуточная аттестация

13.1 Оценочные материалы для промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине предназначены для оценки степени достижения запланированных результатов обучения по завершению изучения учебной дисциплины в установленной учебным планом форме и позволяют определить качество усвоения изученного материала.

Итоговой формой контроля сформированности компетенций у обучающихся по учебной дисциплине является: зачет.

Оценочные материалы для промежуточной аттестации обучающихся включают: зачет на основе результатов тестирования.

13.2 Оценивание обучающегося на зачете

Для тестирования используется 20 вопросов из базы типовых тестовых заданий по изученным разделам (темам) учебной дисциплины.

Оценка формируется в соответствии с критериями таблицы:

Максимальный балл	Проходной балл	Оценка
20	не менее 15	зачтено
менее 15	-	Не зачтено

Задания и вопросы для промежуточной аттестации обучающихся приведены в приложении.

14 Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины

а) основная литература:

1 Бобкова, Т. В. Основы врачебного контроля : учебное пособие. – Москва : Директ-Медиа, 2022. – 116 с. – ISBN 978-5-4499-3110-8. – URL:

https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690324 (дата обращения: 27.05.2025);

2 Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2024. – 253 с. – ISBN 978-5-534-07030-9. – URL: https://urait.ru/bcode/538235 (дата обращения: 27.05.2025);

3 Рубанович, В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой : учебное пособие для спо. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2024. – 253 с. – ISBN 978-5-534-11150-7. – URL: https://urait.ru/bcode/542547 (дата обращения: 27.05.2025);

4 Основы врачебного контроля : методические указания к практическим занятиям и самостоятельной работе : для обучающихся очной формы обучения по направлению подготовки 49.02.01 Физическая культура / Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Сибирский государственный индустриальный университет, Кафедра физической культуры и спорта ; сост.: Л. Н. Король, Н. А. Маханькова. – Новокузнецк : Издательский центр СибГИУ, 2024. – URL: https://library.sibsiu.ru/LibrEduMethodSectionsEditionsFilesDownload.asp?lngSection=79&lngEdition=12368&lngFile=11994&strParent=LibrEduMethodSectionsEditionsFiles (дата обращения: 27.05.2025).

б) дополнительная литература:

1 Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для спо. – 3-е изд., пер. и доп. – Москва : Юрайт, 2024. – 341 с. – ISBN 978-5-534-17430-4. – URL: https://urait.ru/bcode/544961 (дата обращения: 27.05.2025);

2 Ильина, И. В. Медицинская реабилитация : учебник для спо. – 2-е изд., пер. и доп. – Москва : Юрайт, 2024. – 333 с. – ISBN 978-5-534-17225-6. – URL: https://urait.ru/bcode/537554 (дата обращения: 27.05.2025);

в) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1 Электронный каталог : сайт / Научно-техническая библиотека СибГИУ. – Новокузнецк, [199 –]. – URL: http://libr.sibsiu.ru. – URL: https://libr.sibsiu.ru;

2 Электронная библиотека // Научно-техническая библиотека СибГИУ : сайт. – Новокузнецк, [200 –]. – URL: http://library.sibsiu.ru/LibrELibraryFullText.asp. – Режим доступа: для авторизир. пользователей. – URL: https://library.sibsiu.ru/LibrELibraryFullText.asp;

3 Консультант студента : электронно-библиотечная система / ООО «КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА». – Москва, [200 –]. – URL: http://www.studentlibrary.ru. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

4 ЛАНЬ : электронно-библиотечная система : [Единая профессиональная база знаний издательства Лань для СПО -

Издательство Лань (СПО)] / ООО «Издательство ЛАНЬ». – Санкт-Петербург, [200 –]. – URL: http://e.lanbook.com. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

5 Образовательная платформа ЮРАЙТ / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». – Москва, [200 –]. – URL: https://urait.ru. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

6 Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система / ООО «Директ-Медиа». – Москва, [200 –]. – URL: https://biblioclub.ru. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

7 НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU : база данных / ООО «НЭБ». – Москва, [200 –]. – URL: http://elibrary.ru. – Режим доступа: по подписке;

8 Электронные периодические издания ИВИС : универсальная база данных / ООО «ИВИС». – Москва, [200 –]. – URL: http://eivis.ru. – Режим доступа: по подписке.

г) лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

– 7-Zip;
– Adobe Acrobat Reader;
– Astra Linux Special Edition;
– Kaspersky Endpoint Security;
– Microsoft Office;
– Microsoft Windows;
– OnlyOffice;
– Р7-Офис.

д) базы данных и информационно-справочные системы:

1 ГАРАНТ : справочно-правовая система / ООО «Правовой центр «Гарант». – Кемерово, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть Сиб. гос. индустр. ун-та.;

2 КонсультантПлюс : справочно-правовая система / ООО «Информационный центр АНВИК». – Новокузнецк, [199 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть библиотеки Сиб. гос. индустр. ун-та.;

3 Техэксперт : информационно-справочная система / ООО «Группа компаний «Кодекс». – Кемерово, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть Сиб. гос. индустр. ун-та.

15 Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины

Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины включает учебные аудитории для проведения занятий всех видов, предусмотренных учебным планом, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы, оснащенные оборудованием, техническими средствами обучения и материалами, учитывающими требования международных стандартов,

научно-техническую библиотеку СибГИУ.
Для проведения занятий лекционного типа (лекций) и практических занятий предусмотрен учебный кабинет, оснащенный мебелью, автоматизированным рабочим местом, проектором, интерактивной доской, демонстрационными материалами и учебно-наглядными пособиями.
Для проведения практических занятий предусмотрен кабинет, оснащенный мебелью и демонстрационными материалами и учебно-наглядными пособиями, оборудованный автоматизированным рабочим местом.
Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС СПО по направлению подготовки (специальности) 49.02.01 «Физическая культура».

Составитель(и):

- Король Леонид Николаевич (кафедра физической культуры и спорта);
ассистент Рукавишников Александр Викторович (кафедра физической культуры и спорта).

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры.

Согласована:

Зав. кафедрой ФКС,
к.п.н., доцент НФИ КемГУ А.А. Артемьев

Приложение

Вопросы для входного контроля знаний обучающихся

1. Что такое врачебный контроль и с какой целью он проводится в системе физического воспитания?
2. Какие группы здоровья выделяют у занимающихся физической культурой и по каким критериям их определяют?
3. Какие показатели антропометрии вы знаете?
4. Какие основные функциональные пробы вы знаете для оценки работы сердечно-сосудистой системы?
5. Что такое ЧСС и АД?
6. Какие признаки нарушения осанки вы можете назвать?
7. Что такое ЖЕЛ?
8. Какие субъективные и объективные признаки утомления вы знаете?
9. Что входит в понятие «самоконтроль спортсмена»?
10. Что такое допинг?
11. Какова роль педагога по физической культуре в взаимодействии с медицинскими работниками?
12. Какие методы гигиенического контроля за физическими нагрузками вы знаете?

Задания и вопросы для текущего контроля знаний обучающихся по разделам (темам) учебной дисциплины

1 Устный опрос на лекции

Пример вопросов для устного опроса:

Раздел 1. Роль и задачи врачебного контроля в педагогической деятельности специалиста по физической культуре

1. Какие задачи решает врачебный контроль в образовательной практике?
2. Чем отличается периодический контроль от текущего?
3. Может ли педагог самостоятельно допустить ребёнка к соревнованиям?
4. Какие документы оформляются по итогам врачебного контроля?
5. Почему педагог не вправе ставить диагноз?

Раздел 2. Врачебно-педагогические наблюдения

1. Как определить плотность урока физкультуры?
2. При какой форме физиологической кривой нагрузка считается неоптимальной?

3. Как оценить степень утомления по мимике и поведению?

4. Как часто следует измерять ЧСС в ходе урока для построения кривой?

5. Что делать, если плотность урока ниже 50%?

Раздел 3. Оценка физического развития и двигательных резервов

1. Какие вопросы анамнеза наиболее важны при работе с пожилыми?

2. Как отличить функциональное искривление позвоночника от органического?

3. Какой тип дыхания чаще наблюдается при нарушениях осанки?

4. Как педагог может выявить начальную форму плоскостопия без оборудования?

5. Зачем оценивать мышечный тонус при осмотре?

Раздел 4. Интерпретация антропометрических данных в педагогической практике

1. Какой показатель важнее для оценки рисков – ИМТ или окружность талии?

2. Как интерпретировать нормальный ИМТ, но высокую окружность талии?

3. Как использовать антропометрическую динамику у подростков?

4. Может ли ИМТ быть завышен у спортсмена с мышечной массой?

5. Как антропометрия помогает при работе с офисными работниками?

Раздел 5. Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы

1. Как интерпретировать ЧСС восстановления через 1–2 минуты после нагрузки?

2. При каком результате пробы Руфье рекомендуется консультация врача?

3. Что означает разница ЧСС в положении лёжа и стоя более 25 уд/мин?

4. Как адаптировать PWC170 для школьников без велоэргометра?

5. Какие признаки указывают на гипертоническую реакцию на нагрузку?

Раздел 6. Функциональное состояние системы внешнего дыхания

1. Как интерпретировать низкую ЖЕЛ при нормальном росте?

2. Почему экскурсия грудной клетки важна при работе с подростками?

3. Как дыхательные упражнения влияют на ЖЕЛ?

4. Как корректировать занятия при ЖЕЛ ниже возрастной нормы на 20%?

5. Как оценить тип дыхания у занимающегося?

Раздел 7. Оценка состояния нервной системы и нервно-мышечного аппарата

1. Как оценить координацию простыми методами?
2. Что такое поза Ромберга?
3. Как проверить вестибулярную устойчивость?
4. Что показывает цветовая проба Лусчера?
5. Как использовать пробы на координацию в работе с детьми 10–12 лет?

6. Как вестибулярная неустойчивость влияет на выбор упражнений?

Раздел 8. Самоконтроль как инструмент управления нагрузкой

1. Какие субъективные показатели самоконтроля вы знаете?
2. Какие объективные показатели фиксируются в дневнике самоконтроля?
3. Какой ЧСС в покое считается признаком переутомления?
4. Какие форматы дневника самоконтроля существуют?
5. Почему важно сравнивать самоконтроль с объективными данными?
6. Как связать данные самоконтроля с подбором средств восстановления?

Раздел 9. Интерпретация данных врачебного контроля в педагогической практике

1. Какие критерии используют для распределения по группам здоровья?
2. Когда следует перевести учащегося в специальную группу?
3. Какие признаки указывают на необходимость коррекции программы?
4. Может ли аномальная динамика ЧСС или АД указывать на применение допинга?
5. Какие функциональные признаки могут насторожить педагога в плане допинга?

2 Выполнение практических работ

Задания для практических работ, теоретический и методический материал для самостоятельного изучения представлены в методических указаниях к практическим занятиям.

Пример заданий:

1. Заполните таблицу:

Параметр измерения	Единицы измерения	Оборудование	Метод измерения
Артериальное давление			
Частота пульса			
Температура тела			
Частота дыхания			

2. Заполните таблицу:

Метод контроля	Область применения	Описание метода
Измерение артериального давления		
Пальпация пульса		
Аускультация		
Пульсоксиметрия		

3. Составьте и заполните чек-лист для самоконтроля спортсмена, включающий следующие критерии:

- уровень усталости;
- качество сна;
- питание за день;
- гидратация;
- наличие мышечной боли;
- психологическое состояние;
- использование средств восстановления.

3 Задания для зачета для промежуточной аттестации

Пример тестовых заданий:

1. Выберите верный вариант ответа.

Какой вид контроля проводится перед началом занятий физической культурой?

1) Текущий
2) Периодический
3) Предварительный
4) Этапный

2. Выберите верный вариант ответа.

Как часто проводится периодический врачебный контроль у школьников и студентов?

1) Каждый месяц

2) Каждые 6 месяцев
3) Один раз в год
4) Каждые 2 года

3. Выберите верный вариант ответа.
Что такое плотность занятия по физической культуре?
1) Общая длительность урока
2) Доля времени, затраченного на полезную двигательную активность
3) Количество упражнений
4) Интенсивность нагрузки

4. Выберите верный вариант ответа.
Какой показатель ЧСС в покое у подростка считается признаком возможного переутомления?
1) 50 уд/мин
2) 70 уд/мин
3) 90 уд/мин
4) 110 уд/мин

5. Выберите верный вариант ответа.
Какой метод позволяет выявить плоскостопие в условиях школы без оборудования?
1) Анализ цвета кожи
2) «Мокрый отпечаток» стопы
3) Измерение массы тела
4) Оценка ЧСС

6. Выберите верный вариант ответа.
Какой тип телосложения характеризуется тонким скелетом, узкой грудной клеткой и слабо развитой мускулатурой?
1) Астеник
2) Нормостеник
3) Гиперстеник
4) Мезоморф

7. Выберите верный вариант ответа.
Какой показатель лучше всего отражает риск метаболических нарушений у взрослых?
1) Рост
2) Индекс массы тела (ИМТ)
3) Окружность талии
4) Обхват бедра

8. Выберите верный вариант ответа.

Что оценивает проба Руфье?

1) Уровень гибкости

2) Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы

3) Силу мышц ног

4) Вестибулярную устойчивость

9. Выберите верный вариант ответа.

Какой результат ортостатической пробы указывает на вегетативную неустойчивость?

1) Увеличение ЧСС на 5 уд/мин

2) Увеличение ЧСС на 15 уд/мин

3) Увеличение ЧСС на 25 уд/мин и более

4) Снижение ЧСС

10. Выберите верный вариант ответа.

Какой объём дыхания измеряется с помощью спирометра у занимающихся?

1) Дыхательный объём

2) Жизненная ёмкость лёгких (ЖЕЛ)

3) Остаточный объём

4) Минутный объём при покое

11. Выберите верный вариант ответа.

Какая проба используется для оценки вестибулярной устойчивости?

1) Проба с приседаниями

2) Поза Ромберга

3) Проба с задержкой дыхания

4) Измерение АД

12. Выберите верный вариант ответа.

Какой показатель обязательно фиксируется в дневнике самоконтроля?

1) Уровень сахара в крови

2) Артериальное давление

3) Температура тела

4) Утренняя ЧСС

13. Выберите верный вариант ответа.

Куда должен направить педагог учащегося при выявлении сколиоза?

1) В спортивную секцию

2) К врачу (КВК/ВФД)

3) На массаж

4) В бассейн без консультации

14. Выберите верный вариант ответа.

Какой признак указывает на необходимость снижения нагрузки?

1) ЧСС восстановления через 1 мин — 90 уд/мин

2) Улучшение сна

3) Рост мотивации

4) Снижение массы тела на 0,5 кг за неделю

15. Выберите верный вариант ответа.

Что должен сделать педагог при подозрении на применение допинга (резкий рост мышечной массы, агрессия, бессонница)?

1) Направить на медицинское обследование

2) Игнорировать ситуацию, так как это личное дело учащегося.

3) Немедленно отстранить учащегося от занятий без предварительного уведомления.

4) Самостоятельно провести тестирование на допинг без согласия учащегося и его родителей.

16. Выберите верный вариант ответа.

Какой орган отвечает за международную антидопинговую политику?

1) МОК

2) ВОЗ

3) WADA (ВАДА)

4) ЮНЕСКО

17. Выберите верные варианты ответа.

К задачам врачебно-педагогических наблюдений относятся:

1) Оценка плотности занятия

2) Постановка диагноза

3) Выявление признаков утомления

4) Коррекция структуры урока

18. Выберите верные варианты ответа.

Субъективные показатели самоконтроля включают:

1) ЧСС

2) Самочувствие

3) Настроение

4) Аппетит

19. Выберите верные варианты ответа.

Признаки функционального переутомления:

1) Раздражительность

2) Головная боль

3) Учащённый пульс в покое

4) Повышенная мотивация

20. Антропометрические показатели, используемые педагогом:
1) Рост
2) Масса тела
3) Окружность талии
4) Обхват грудной клетки
5) Сила кистевого динамометра

21. Установите соответствие между методом и его назначением:

Метод	Назначение
А. Проба Руфье	1. Оценка вестибулярной устойчивости
Б. «Мокрый отпечаток»	2. Выявление плоскостопия
В. Поза Ромберга	3. Оценка функционального состояния ССС
Г. Утренняя ЧСС	4. Показатель восстановления и переутомления

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г

22. Установите соответствие между группой здоровья и рекомендациями:

Группа	Рекомендации
А. Основная	1. Занятия под наблюдением врача, минимальная нагрузка
Б. Подготовительная	2. Занятия без сдачи нормативов
В. Специальная А	3. Занятия по обычной программе
Г. Специальная Б	4. Занятия по индивидуальной программе с лечебной целью

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г

23. Установите соответствие между допингом и его признаками:

Вещество	Признаки
А. Анаболические стероиды	1. Бессонница, агрессия, тахикардия
Б. Стимуляторы	2. Резкий рост мышечной массы, акне
В. Диуретики	3. Частое мочеиспускание, обезвоживание

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

24. Установите соответствие между системой и простой пробой:

Система	Проба
А. Сердечно-сосудистая	1. Измерение ЖЕЛ
Б. Дыхательная	2. Проба Руфье
В. Нервная	3. Поза Ромберга

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

25. Установите соответствие между средством восстановления и его эффектом:

Средство	Эффект
А. Сон	1. Восполнение энергетических запасов
Б. Растяжка	2. Снятие мышечного напряжения
В. Водные процедуры	3. Улучшение кровообращения
Г. Питание	4. Регенерация тканей

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г

26. Установите правильную последовательность этапов врачебно-педагогического наблюдения:

1) Измерение ЧСС на этапах урока
2) Построение физиологической кривой
3) Проведение хронометража
4) Коррекция следующего занятия

27. Установите правильную последовательность действий при выявлении нарушения осанки:

1) Коррекционные упражнения (по рекомендации)
2) Мониторинг динамики
3) Визуальная оценка
4) Направление к врачу

28. Установите правильную последовательность этапов самоконтроля:

1) Измерение утренней ЧСС
2) Коррекция нагрузки
3) Запись в дневник

4) Анализ динамики

29. Установите правильную последовательность при подозрении на допинг:

1) Фиксация аномальных изменений
2) Консультация с куратором/методистом
3) Направление на медицинское обследование
4) Беседа с занимающимся (без обвинений)

30. Установите правильную последовательность адаптации программы для офисного работника с ИМТ = 29:

1) Анамнез и оценка состояния
2) Постепенное увеличение нагрузки
3) Назначение ходьбы и дыхательных упражнений
4) Контроль по самочувствию и ЧСС

31.Вставьте пропущенное слово.

Сбор анамнеза, осмотр и функциональные пробы — это основные этапы _____ контроля.

32.Вставьте пропущенное слово.

_____ — это доля времени, затраченного на полезную двигательную активность на уроке.

33.Вставьте пропущенное слово.

Резкое увеличение мышечной массы без тренировок может указывать на применение _____.

34.Вставьте пропущенное слово.

Оценка состояния позвоночника и стопы при визуальном осмотре называется _____.

35.Вставьте пропущенное слово.

_____ — это самостоятельное отслеживание своего состояния занимающимся.