

Министерства здравоохранения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Волгоградский государственный медицинский университет»
Кафедра медицинской реабилитации и спортивной медицины

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий кафедрой медицинской
реабилитации и спортивной медицины



к.м.н., доцент Е.Г. Вершинин

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
к занятию семинарского типа
по дисциплине «Актуальные проблемы медицинского обеспечения
в детском и юношеском спорте»
для обучающихся по специальности 31.05.02 "Педиатрия"
в 10 семестре 2019-2020 учебного года

ТЕМА: «Медицинские средства восстановления спортивной
работоспособности (часть 1)».

Волгоград, 2020

ТЕМА: «МЕДИЦИНСКИЕ СРЕДСТВА ВОССТАНОВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ (ЧАСТЬ 1)»

МОТИВАЦИЯ:

Дисциплина «Актуальные проблемы медицинского обеспечения в детском и юношеском спорте» относится к вариативной части Блока 1 основной профессиональной образовательной программы по специальности 31.05.02 "Педиатрия", является дисциплиной по выбору.

ЦЕЛЬ:

- осветить актуальные проблемы медицинского обеспечения детского и юношеского спорта;
- сформировать у студентов компетентностную ориентацию и способность применять знания, умения и проявлять личностные качества для успешной профессиональной деятельности.

ПЕРЕЧЕНЬ ЗНАНИЙ И ПРАКТИЧЕСКИХ УМЕНИЙ:

ЗНАТЬ:

- медицинские средства восстановления спортивной работоспособности;
- классификация медицинских средств восстановления;
- утомление и восстановление в системе подготовки квалифицированных спортсменов.

УМЕТЬ:

- обследовать детей и подростков (оценить физическое развитие, амплитуду движений в суставах, мышечный тонус, функциональное состояние, собрать и оценить анамнез двигательных навыков);
- провести углубленное медицинское обследование, дать комплексную оценку физического состояния, составить медицинское заключение;
- провести функциональные пробы и оценить полученные результаты;
- интерпретировать адекватность физических нагрузок при проведении врачебно-педагогических наблюдений.

ВЛАДЕТЬ:

- способностью самостоятельно работать с учебной, научной и справочной литературой: вести поиск необходимой информации и делать обобщающие выводы;
- способностью самостоятельно читать результаты функциональных проб.

ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ: ОК-5, ОК-6, ОПК-1, ОПК-4, ОПК-6, ОПК-9, ОПК-11, ПК-5, ПК-8, ПК-11, ПК-15.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА: написание рефератов по выбранной теме.

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ:

1. Медицинские средства постнагрузочного восстановления. Естественные средства восстановления.
2. Физические факторы в восстановлении и повышении работоспособности.
3. Фармакологические средства восстановления и повышения физической работоспособности.

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЯ:

1. Классификация медицинских средств восстановления.

2. Педагогические, медико-биологические и психологические средства восстановления спортивной работоспособности.
3. Понятие о фазности процессов восстановления: срочное, текущее, позднее.
4. Значение специализированного питания в восстановлении и повышении работоспособности при спортивной деятельности. Роль композиции основных питательных веществ в восстановлении энергетического и пластического потенциала организма после напряженных тренировок и соревнований.
5. Утомление и восстановление в системе подготовки квалифицированных спортсменов.

ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ НАВЫКОВ (УМЕНИЙ), КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМО ОСВОИТЬ СТУДЕНТУ:

1. Владение основными методами оценки физического развития занимающихся физкультурой и спортом, умение интерпретировать данные внешнего осмотра, проводить антропометрические измерения.
2. Составление заключения о функциональном состоянии организма обследуемых.
3. Определение уровня общей физической работоспособности у физкультурников разных возрастных групп и спортсменов различных специализаций.
4. Организация врачебно-педагогических наблюдений и составление соответствующего заключения и рекомендаций.

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. **Лечебная физическая культура** [Текст]: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / С.Н. Попов и др. ; под ред. С.Н. Попова -8-е изд., испр. - М.: Академия, 2012.-414 с.
2. **Епифанов В. А.** Восстановительная медицина [Электронный ресурс] : учебник / Епифанов В. А. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 304 с. : ил. - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. **Епифанов В.А.** Лечебная физическая культура и спортивная медицина [Текст] : учебник для вузов / Епифанов В.А. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2007. - 566 с.
2. **Александров В. В.** Основы восстановительной медицины и физиотерапии [Текст] : [учеб.пособие для системы послевуз. проф. образования врачей] / Александров В. В., Алгазин А. И. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2010. - 132, [12] с. – (Библиотека врача-специалиста. Физиотерапия. Реабилитация).
3. **Александров В. В.** Основы восстановительной медицины и физиотерапии [Электронный ресурс] : учебное пособие / Александров В. В., Алгазин А. И. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 136 с. - (Библиотека врача-специалиста). - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/>
4. **Епифанов В. А.** Лечебная физическая культура и массаж [Электронный ресурс] : учебник для мед.училищ и колледжей / Епифанов В. А. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 528 с. : ил. - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru>
5. **Ибатов А. Д.** Основы реабилитологии[Электронный ресурс]: учебное пособие / Ибатов А.Д., Пушкина С.В. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2007. -160 с. - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru>

6. **Петрухин А. С.** Детская неврология [Электронный ресурс] : учебник : в 2 т. Т. 2 / Петрухин А.С. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2012. - 560 с. : ил. - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru>
7. **Лечебная физическая культура** [Электронный ресурс] : учебное пособие / Епифанов В. А. и др. - 2-е изд., прераб. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2011. - 568 с. : ил. - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/>
8. **Гафиятуллина Г. Ш.** Физиотерапия [Текст] : учеб.пособие / Гафиятуллина Г. Ш., Омельченко В. П., Евтушенко Б. Е., Черникова И. В. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2010. - 272 с. : ил. – (Библиотека врача-специалиста. Физиотерапия).