

УДК 796.01:613.72(075)
ББК 75.091я723
Б72

Рецензенты:

Кязимов К. Г., д-р пед. наук, проф., проф. каф. экономики труда
и управления персоналом экономического факультета
Образовательного учреждения профсоюзов высшего образования
«Академия труда и социальных отношений»;
Марголина И. А., канд. мед. наук, ст. науч. сотр. Федерального
государственного бюджетного научного учреждения
«Научный центр психического здоровья»

Бобкова, Т. В.

Б72 Основы врачебного контроля : учебное пособие /
Т. В. Бобкова. — Москва : Директ-Медиа, 2022. — 116 с.

ISBN 978-5-4499-3110-8

Учебное пособие предназначено для изучения дисциплины «Основы врачебного контроля» в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования. В пособии доступно изложены материалы по основам организации врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом, методам обследования и врачебно-педагогическим наблюдениям. Обозначены некоторые особенности врачебного контроля за лицами разного возраста и пола. Освещены проблемы возникновения заболеваний и травм при занятиях физкультурой и спортом. Приведены классификация и характеристики основных средств восстановления после занятий физической культурой и спортом. Впервые включено в учебное пособие освещение проблем стоматологического здоровья у занимающихся физкультурой и спортом, и проблемы врачебного контроля в фитнес-индустрии.

Учебное пособие рассчитано на студентов среднего профессионального образования, обучающихся по специальности «физическая культура» ФГОС СПО 49.02.01. Также оно может быть полезно преподавателям дисциплин, связанных с данной темой, врачам, работающим в сфере спортивной медицины, и всем заинтересованным данной проблематикой.

УДК 796.01:613.72(075)
ББК 75.091я723

ISBN 978-5-4499-3110-8

© Бобкова Т. В., текст, 2022
© Издательство «Директ-Медиа», оформление, 2022

Оглавление

Введение	5
Глава 1. Основы организации врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом	8
1.1. Этапы становления врачебного контроля в России	8
1.2. Цель и задачи врачебного контроля.....	10
1.3. Организация врачебного контроля занимающихся физической культурой и спортом	12
1.4. Проблемы организации врачебного контроля занимающихся оздоровительной физкультурой и спортом в фитнес-индустрии.....	13
Практикум.....	15
Глава 2. Методы обследования, используемые во врачебном контроле за занимающимися оздоровительной физкультурой и спортом	17
2.1. Задачи и методы врачебного обследования	17
2.2. Анамнез.....	18
2.3. Исследование и оценка физического развития.....	19
2.4. Функциональные методы исследования физического развития и его оценка.....	26
2.5. Оценка физической и спортивной подготовленности организма.....	33
2.6. Оценка индивидуального здоровья, заключение по данным обследования	37
Практикум.....	39
Глава 3. Некоторые особенности врачебного контроля за лицами разного пола и возраста	41
3.1. Врачебный контроль за физическим воспитанием дошкольников	41
3.2. Врачебный контроль за физическим воспитанием школьников	42
3.3. Врачебный контроль за физическим воспитанием студентов.....	50
3.4. Врачебный контроль за женщинами, занимающимися физкультурой и спортом	51
3.5. Врачебный контроль за лицами среднего и пожилого возраста	53
Практикум.....	55

Глава 4. Врачебно-педагогические наблюдения в процессе занятий оздоровительной физкультурой и спортом	58
4.1. Сущность и функции врачебно-педагогических наблюдений	58
4.2. Формы организации и методы исследования, применяемые при врачебно-педагогических наблюдениях	60
4.3. Методики проведения врачебно-педагогических наблюдений, анализ и оценка полученных данных	63
4.4. Санитарно-гигиенические требования к состоянию спортивных сооружений	70
Практикум	74
Глава 5. Заболевания и травмы при занятиях оздоровительной физкультурой и спортом	76
5.1. Предпатологические и патологические состояния у занимающихся физкультурой и спортом	76
5.2. Острые патологические состояния, их профилактика и оказание первой помощи	77
5.3. Проблемы стоматологического здоровья у лиц, занимающихся физической культурой и спортом	83
5.4. Причины и профилактика травматизма при занятиях спортом	85
Практикум	88
Глава 6. Средства восстановления работоспособности	90
6.1. Классификация средств восстановления и основные принципы их использования	90
6.2. Характеристика средств восстановления организма	93
Практикум	98
Заключение	100
Словарь терминов	101
Ключи к контрольным тестам	104
Список примерных вопросов к итоговой аттестации	105
Список тем самостоятельных работ (рефератов, эссе)	107
Методические указания по подготовке самостоятельных работ	109
Список используемых источников и рекомендуемой литературы	112