Министерство образования и науки Российской Федерации
Филиал Кубанского государственного университета
в г. Славянске-на-Кубани

Кафедра профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

А. П. ШКЛЯРЕНКО

СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

Методические материалы
к изучению дисциплины и организации самостоятельной работы
студентов 4-го курса бакалавриата,
обучающихся по направлению 44.03.01 Педагогическое образование
(профиль подготовки – Физическая культура)
очной и заочной форм обучения

Славянск-на-Кубани
Филиал Кубанского государственного университета
в г. Славянске-на-Кубани
2018

ББК 75.09
С 734

Рекомендовано к печати кафедрой профессиональной педагогики, психологии и физической культуры филиала Кубанского государственного университета
в г. Славянске-на-Кубани Протокол № 5 от мая 2018 г.

Рецензент:
Кандидат медицинских наук, доцент
Л. М. Пашкова

Шкляренко, А. П.
С 734 **Спортивная медицина** : методические материалы к изучению дисциплины и организации самостоятельной работы студентов 4-го курса бакалавриата, обучающихся по направлению 44.03.01 Педагогическое образование (профиль подготовки – Физическая культуры) очной и заочной форм обучения / А. П. Шкляренко. – Славянск-на-Кубани : Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2018. – 17 с. 1 экз.

Методические материалы составлены в соответствии с ФГОС высшего образования, учебным планом и учебной программой курса, содержат методические рекомендации к организации процессов освоения дисциплины, к изучению теоретической и практической части, самостоятельной работе студентов, а также по подготовке к экзамену.

Издание адресовано студентам 4-го курса бакалавриата, обучающимся по направлению 44.03.01 Педагогическое образование (профиль подготовки – Физическая культура) очной и заочной форм обучения.

Электронная версия издания размещена в электронной информационно-образовательной среде филиала и доступна обучающимся из любой точки доступа к информационно-коммуникационной сети «Интернет».

ББК 75.09

© Филиал Кубанского государственного университета
в г. Славянске-на-Кубани, 2018

СОДЕРЖАНИЕ

1. Представление дисциплины «Спортивная медицина»..... 4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы..... 5
3. Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ..... 6
4. Структура дисциплины..... 7
5. Темы и краткое содержание дисциплины «Спортивная медицина»..... 7
6. Глоссарий по дисциплине «Спортивная медицина»..... 10
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины…. 15

1. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА»

Дисциплина **«Спортивная медицина»**, изучаемая студентами специальности «Физическая культура», представлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению 44.03.01 Педагогическое образование, Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 04.12.2015 г. № 1426, зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 11.01.2016 г. (регистрационный № 40536).

Целью освоения дисциплины **«Спортивная медицина»** является формирование системы знаний, умений и навыков в области спортивной медицины. Для специалиста в области физической культуры важно понимать, что целью спортивной медицины является всемерное содействие развитию физической культуры и спорта как средств, способствующих укреплению и сохранению здоровья, гармоничному развитию человека, продлению жизни, предупреждению и лечению болезней.

Изучение дисциплины **«Спортивная медицина»** направлена на формирование у студентов следующей компетенции:

- готовность к реализации физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных, спортивных, профессионально-прикладных и гигиенических задач (СК-3);
- способность и готовность к проведению обследований и оценке физического и психического развития, функционального состояния организма (ПК-12).

В соответствие с этим ставятся следующие задачи дисциплины.

1. Организация и осуществление регулярного врачебного наблюдения за здоровьем всех лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
2. Обоснование средств и методов физического воспитания, разработка новых, наиболее совершенных методов врачебных наблюдений за спортсменами, диагностики, лечения, предупреждения заболеваний и повреждений у спортсменов.
3. Обеспечение высокой оздоровительной эффективности работы по физической культуре и спорту с лицами разного возраста, пола, различных профессий и с разным состоянием здоровья. Содействие спортивному совершенствованию.
4. Определение наиболее рациональных гигиенических условий физического воспитания и осуществление системы мер, направленных на устранение факторов, оказывающих неблагоприятное воздействие на человека в процессе занятий.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина **«Спортивная медицина»** относится к вариативной части основной образовательной программы.

Для освоения дисциплины **«Спортивная медицина»** студенты используют знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения предмета «Анатомия», «Физиология», «Физиология физической культуры и спорта» и «Лечебная физическая культура и массаж» на предыдущем уровне образования.

Освоение дисциплины **«Спортивная медицина»** является необходимой основой для изучения дисциплин по выбору студентов.

При составлении тестовых заданий нами учитывались требования к уровню освоения содержания курса, изложенные в примерной программе дисциплины «Спортивная медицина», разработанной в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению 44.03.01 Педагогическое образование.

Исходя из данных требований, в результате изучения дисциплины студенты должны:

знать:

- основные термины, применяемые в спортивной медицине;
- основные методы изучения и оценки различных показателей функционального состояния органов и систем с учетом двигательной нагрузки;
- функциональные пробы для всех систем;
- особенности контроля за влиянием двигательной нагрузки на организм в половозрастном аспекте;
- дополнительные средства восстановления;
- основы спортивной патологии.
- основы общей патологии;
- организацию системы врачебного контроля при занятиях физической культурой и спортом;
- влияние физических упражнений на органы и системы, морфо-функциональные особенности организма спортсмена;
- методику исследования и оценки физического развития;
- классификацию и общие принципы использования средств повышения спортивной работоспособности и ускорения восстановительных процессов;
- правила оказания неотложной помощи при наиболее частных травмах и острых патологических состояниях при занятиях спортом;

уметь:

- оказывать первую помощь при травме и внезапном заболевании;
- проводить и оценивать результаты тестов;

- оценивать степень тренированности по данным функциональных проб, дать рекомендации по ее увеличению;

- анализировать все исследования с точки зрения влияния на здоровье школьника.

владеть:

- методикой тестирования функционального состояния различных систем организма;

- методикой исследования и оценки общей и специальной физической работоспособности;

- методикой и трактовкой врачебно-педагогических наблюдений;

- организацией медицинского обеспечения спортивных соревнований.

3. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ТРУДОЁМКОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ВИДАМ РАБОТ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 зач.ед. (108 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице *(для студентов ОФО)*

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр (часы)
			7
Контактная работа, в том числе:			
Аудиторные занятия (всего):		50	50
Занятия лекционного типа		24	24
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		18	18
Лабораторные занятия		8	8
Иная контактная работа:			
Контроль самостоятельной работы (КСР)		4	4
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,3	0,3
Самостоятельная работа, в том числе:			
Курсовая работа		-	-
Проработка учебного (теоретического) материала		18	18
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)			
Реферат		-	-
Подготовка к текущему контролю		15,8	15,8
Контроль:			
Подготовка к экзамену		36	36
Общая трудоемкость	Всего часов	108	108
	В том числе контактная работа	54,3	54,3
	Зач. ед.	3	3

4. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины. Разделы дисциплины, изучаемые в 7 семестре *(очная форма)*

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов			
			Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			ЛК	ПЗ	ЛР	СР
1	2	3	4	5	6	7
1	Физиология деятельности мышц.	8	4	2		2
2	Структурная адаптация к физическим нагрузкам.	8	4	2		2
3	Врачебно-педагогические наблюдения в процессе занятий физкультурой и спортом.	10	2	2	4	2
4	Врачебный контроль.	6	2	2		2
5	Основные состояния организма и некоторые риски при занятиях физкультурой и спортом.	6	2	2		2
6	Спортивный травматизм.	8	4	2		2
7	Заболевания спортсменов.	6	2	2		2
8	Допинг и спорт.	4	2			2
9	Оздоровительная физическая культура.	12	2	4	4	2
	Итого по дисциплине:		**24**	**18**	**8**	**18**

Примечание: ЛК – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СР – самостоятельная работа студента.

5. ТЕМЫ И КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА»

1 Физиология деятельности мышц.

Структура и свойства скелетных мышц. Механизм мышечного сокращения. Энергетика мышечной работы. Статистическая и динамическая работа мышц. Сила и выносливость мышц. Физиологические механизмы работоспособности.

План лекции:

1.1 Структура и свойства скелетных мышц. Механизм мышечного сокращения.

1.2 Энергетика мышечной работы.

1.3 Статистическая и динамическая работа мышц. Сила и выносливость мышц.

1.4 Физиологические механизмы работоспособности.

2 Структурная адаптация к физическим нагрузкам.

Адаптация к физическим нагрузкам как фактор повышения резистентности. Цена адаптации. Адаптация к факторам, вызывающим интенсивную мышечную работу, представляет реакцию целого организма, направленную на обеспечение мышечной деятельности и поддержание постоянства внутренней среды организма, его гомеостаза.

План лекции:

2.1 Системный структурный след как основа адаптации.

2.2 Нейрогуморальные механизмы адаптации.

2.3 Скелетные мышцы при адаптации к физическим нагрузкам.

2.4 Адаптация к физическим нагрузкам как фактор повышения резистентности. Цена адаптации.

3 Врачебно-педагогические наблюдения в процессе занятий физкультурой и спортом.

Визуальный контроль переносимости нагрузок. Физиологическая кривая тренировки и определение моторной плотности занятия. Испытания с дополнительной стандартной нагрузкой. Самоконтроль при занятиях физкультурой и спортом.

План лекции:

3.1 Визуальный контроль переносимости нагрузок.

3.2 Физиологическая кривая тренировки и определение моторной плотности занятия.

3.3 Испытания с дополнительной стандартной нагрузкой.

3.4 Самоконтроль при занятиях физкультурой и спортом.

4 Врачебный контроль.

Основы современного врачебного контроля над юными спортсменами. Врачебный контроль над женщинами, занимающимися физической культурой и спортом. Врачебный контроль над лицами среднего и пожилого возраста.

План лекции:

4.1 Основы современного врачебного контроля над юными спортсменами.

4.2 Врачебный контроль над женщинами, занимающимися физической культурой и спортом.

4.3 Врачебный контроль над лицами среднего и пожилого возраста.

5 Основные состояния организма и некоторые риски при занятиях физкультурой и спортом.

Тренированность и предстартовые состояния. Утомление, переутомление и перетренированность. Обморочные состояния. Гипогликемические состояния.

План лекции:

5.1 Тренированность и предстартовые состояния.

5.2 Утомление, переутомление и перетренированность.

5.3 Обморочные состояния.

5.4 Гипогликемические состояния.

5.5 Тепловой и солнечный удары.

6 Спортивный травматизм.

Заболевания периферической нервной системы. Закрытая черепно-мозговая травма. Неврозы и неврозоподобные состояния

План лекции:

6.1 Основные причины спортивного травматизма и механизмы возникновения спортивных травм.

6.2 Наиболее часто встречающиеся виды травм в спорте.

7 Заболевания спортсменов.

Воспалительные заболевания кожи и подкожной клетчатки. Острые инфекционные заболевания. Патология опорно-двигательного аппарата.

План лекции:

7.1 Воспалительные заболевания кожи и подкожной клетчатки.

7.2 Острые инфекционные заболевания.

7.3 Острая патология брюшной полости.

8 Допинг и спорт.

Общие сведения о допинге. Процедура допингового контроля. Острые отравления допингами.

План лекции:

8.1 Общие сведения о допинге.

8.2 Процедура допингового контроля.

8.3 Острые отравления допингами.

9 Оздоровительная физическая культура (ОФК).

Роль самоконтроля в массовой физической культуре. Оценка физической работоспособности в массовой физической культуре. Медицинские средства восстановления. Педагогические средства восстановления – средства, направленные на рациональное построение тренировки и ускорение восстановления. Психологические средства восстановления – средства, действие которых направлено, главным образом, на восстановление нервного равновесия и устойчивости психики спортсмена в связи с большими нагрузками и соревнованиями.

План лекции:

9.1 ОФК в реабилитации и лечении.

9.2 Средства физической культуры как основа здоровьесберегающих технологий, а также первичной и вторичной профилактики.

9.4 ОФК студентов с отклонениями в состоянии здоровья.

9.5 ОФК в группах лечебной физической культуры.

6. ГЛОССАРИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА»

Бальнеопроцедуры – средства гидротерапии: ванны, души.

Баромассаж - воздействие пониженного атмосферного давления на отдельные участки тела с помощью барокамеры В. Д. Кравченко.

Вибрационный массаж - воздействие вибраций (колебаний определенной амплитуды и частоты), которые создаются за счет электромоторов и передаются по телу массируемого с помощью специальных насадок.

Восстановление - это не только возвращение функций организма к дорабочему уровню, а перевод системы жизнеобеспечения на новый, более высокий уровень энергетических возможностей.

Гидровибромассаж - воздействие на организм механических колебаний через водную среду (различные виды ванн} с помощью специальных аппаратов.

Гидромассаж - воздействие ручного массажа под водой, водяной струей на воздухе (душ Шарко, шотландский душ), водяной струей высокого давления (1-2 атм.) под водой.

Локальные средства восстановления главным образом направлены на снятие утомления определенных групп мышц путем улучшения кровоснабжения тканей и клеточного метаболизма (декомпрессия, электростимуляция, частичные ванны и тепловые процедуры, сегментарный массаж).

Массаж - дозированное механическое и рефлекторное воздействие на тело человека с помощью специальных массажных приемов и аппаратов.

Медицинские средства восстановления - средства, направленные на оценку состояния здоровья, рационализацию питания, использование некоторых естественных растительных и фармакологических средств, правильную организацию суточного режима, климатические и физические факторы.

Педагогические средства восстановления - средства, направленные на рациональное построение тренировки и ускорение восстановления.

Психологические средства восстановления - средства, действие которых направлено, главным образом, на восстановление нервного равновесия и устойчивости психики спортсмена в связи с большими нагрузками и соревнованиями.

Реабилитация спортсменов - восстановление спортсменов после перенесенных заболеваний, травм, физического перенапряжения.

Средства общего воздействия обладают широким диапазоном неспецифического общеукрепляющего действия на организм (ванны, души, УФ-облучение, суточный режим, питание, климат, аэроионизация).

Струевой душ (душ Шарко) - струя воды, выбрасываемая под давлением из специального шланга.

Точечный массаж - воздействие массажными приемами на биологически активные точки.

Ультразвуковой массаж - воздействие на организм ультразвуковых колебаний с помощью физиотерапевтической аппаратуры.

Шотландский душ - два струевых потока (холодный и горячий), выбрасываемых под давлением 2-3 атм. поочередно.

Электросон - метод воздействия на головной мозг постоянных импульсных токов.

Антропометрический стандарт - табличные значения средней величины признаков физического развития определенной группы лиц (однородной по полу, возрасту, виду спорта, квалификации и т. д.).

Антропометрия - метод измерения частей тела.

Дефект осанки - патологическое состояние, при котором отмечается изменение величины физиологических изгибов позвоночника (увеличение или уменьшение) вследствие слабости мышц спины, шеи, грудной клетки, живота, являющееся основой смещения и дисфункции органов грудной и брюшной полостей.

Кифоз - физиологический изгиб позвоночника в грудном и крестцовом отделах, обращенный назад.

Лордоз - естественный изгиб позвоночника вперед в шейном и поясничном отделах при осмотре в боковой проекции.

Осанка - привычная поза человека в положении стоя или сидя.

Плоскостопие - деформация стопы с уменьшением размеров продольного и поперечного сводов, в основе которого лежит слабость мышечно-связочного аппарата стопы и голени.

Соматоскопия - метод изучения физического развития человека по описательным признакам, по данным наружного осмотра.

Сколиоз - патологическое боковое искривление позвоночника.

Стандарт - нормативное значение показателя.

Физическое развитие - комплекс морфологических и функциональных показателей, которые определяют физическую работоспособность и уровень возрастного биологического развития индивидуума в момент обследования.

Атрофия - уменьшение размеров органа или ткани, уменьшение числа структурных элементов клеток, снижение функциональной активности органа или ткани.

Болезнь - реакция организма на действие вредных для него факторов, характеризующаяся ограничением приспособляемости и жизнедеятельности.

Гиперемия - полнокровие ткани, организма вследствие расширения сосудов.

Гипертрофия - увеличение размеров органа, связанное с ростом его специфической ткани, что, как правило, сопровождается повышением функциональных возможностей организма.

Гуморальный - от "гумор" (лат.) - жидкость. Гуморальный путь развития заболевания преимущественно через жидкие среды организма (кровь, лимфа, тканевая жидкость и др.).

Дистрофия - изменение в структуре клеток органов или ткани, снижение в них интенсивности обменных процессов вследствие уменьшения питания клеток и тканей и их гипоксии.

Здоровье - состояние организма, при котором отмечается высокая сопротивляемость (устойчивость) к действию различных факторов среды, при котором проявляется высокая умственная и физическая работоспособность, социальная адаптированность и умение вести здоровый образ жизни.

Инфаркт - омертвление участка. ткани вследствие прекращения его питания ввиду закрытия просвета питающего сосуда.

Ишемия - местное малокровие тканей или органов вследствие затруднения притока артериальной крови.

Латентный период - интервал времени между действием причины и появлением первых признаков заболевания. Он же инкубационный период при инфекционных заболеваниях.

Наследственность - способность воспроизводить сходный с родительским тип обмена веществ.

Патологическая реакция - реакция клетки, ткани, органа на патогенный раздражитель, выходящая за пределы естественной для этих систем реакции.

Патология - учение о болезненных состояниях организма.

Предпатологическое состояние - состояние организма, при котором определяется снижение устойчивости к патогенным воздействиям, ввиду ослабления защитных и адаптивных возможностей организма.

Продромальный период - период предвестников болезни, т. е., появление признаков, характерных для многих заболеваний (недомогание, головная боль, снижение аппетита и др.). В этот период включаются защитные и приспособительные механизмы.

Реактивность - способность организма, реагировать на внешние и внутренние раздражители, возникающие на наследственно-конституциональной основе, преобразуемая в течение жизни индивидуума.

Этиология - наука о причинах и условиях возникновения болезни.

Анамнез - (опрос, беседа**)** метод исследования состояния здоровья, позволяющий путем устного анкетирования выяснить паспортные данные, историю жизни и динамику спортивной деятельности пациента.

Аритмия - нарушение ритма сокращений сердца (разная длительность интервалов между сокращениями).

Аудиометрия - измерение остроты слуха.

Аускультация (выслушивание) **-** определение различных тонов и звуков в организме, характеризующих его функциональные показатели.

Близорукость (миопия) - снижение остроты зрения вдаль.

Брадикардия - урежение сердечных сокращений.

Гипертония - увеличение артериального давления.

Гипотония - уменьшение артериального давления.

Гормон - биологически активное вещество, выделяемое в кровь железами внутренней секреции.

Дальнозоркость - понижение остроты зрения вблизи.

Дермографизм - кожно-сосудистая реакция. Применяется в качестве метода исследования функционального состояния вегетативной нервной системы.

Диастола - расслабление мышцы сердца.

Диастолическое артериальное давление - нижнее или минимальное.

Динамометрия - измерение силы мышц.

Истерия - разновидность невроза с двигательным беспокойством (дрожание), изменением чувствительности, психического состояния (депрессия) и вегетативными расстройствами (обморок, ощущение нехватки воздуха и др.).

Конъюнктивит - воспаление слизистой оболочки глаза, симптомами которого являются покраснение век, слезотечение, светобоязнь и пр.

Лейкоцитоз - увеличение общего количества лейкоцитов (белых кровяных клеток), указывающая зачастую на развитие воспалительного процесса в организме.

Межреберная невралгия - болевой симптом в межреберных промежутках по ходу межреберных нервов, который усиливается при

физической нагрузке, кашле, чихании, причиной которого является переохлаждение.

Минутный объем крови - количество крови, выбрасываемой сердцем при сокращении за одну минуту.

Миогелоз - отложения гиалина по ходу мышечных волокон, вследствие хронической перегрузки мышц, в основе которого лежит нарушение местного кровообращения.

Миозит - воспаление ткани мышцы с нарушением ее функции и накапливанием недоокисленных продуктов обмена. В спорте частая причина развития миозита - острые или хронические перенапряжения мышцы, чему способствуют переохлаждения, очаги хронической инфекции, тренировка на фоне заболевания и др.

Миотонометрия - метод определения мышечного тонуса в период ее напряжения и расслабления.

Миофиброз - замещение мышечных волокон фиброзной тканью вследствие хронической перегрузки мышц, в основе которого лежит нарушение местного кровообращения.

Неврастения - разновидность невроза с первоначальным ослаблением активного внутреннего торможения, а затем с ослаблением тормозных и раздражительных процессов.

Остеохондроз - дегенеративно-дистрофические поражения межпозвоночных дисков.

Отит - воспаление среднего уха.

Пальпация (прощупывание) **-** метод определения размеров органов (например, печени), частоты и ритмичности сердечных сокращений и других физиологических параметров организма.

Перкуссия (простукивание) **-** метод определения размеров полостных органов или выявления неестественных полостей в органах и ткани с помощью изменения характера звука при простукивании.

Пульсовое давление - разница между максимальным и минимальным артериальным давлением.

Систолическое артериальное давление - верхнее или максимальное.

Тест - функциональная проба, метод исследования функции органа, ткани или организма в целом.

Ударный объем крови - количество крови, выбрасываемое в аорту при одной систоле в покое или при нагрузке.

Экстрасистолия - внеочередное сокращение сердца.

Электрокардиография (ЭКГ) - метод записи биопотенциалов миокарда.

Электроэнцефалография - метод исследования функционального состояния ЦНС, позволяющий регистрировать биотоки мозга.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература:

1. Руководство по спортивной медицине [Электронный ресурс] / под ред. В. А. Маргазин. – СПб. : СпецЛит, 2012. – 488 с. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=105754&sr=1 (дата обращения: 25.10.2016).

2. Шкляренко, А.П. Краткий курс физиологии человека [Текст] : учеб. пособие /А.П. Шкляренко, Д.А. Ульянов, Т.Г. Коваленко, Л.М. Пашкова ; Федер. гос. авт. образоват. учреждение выс. проф. образования "Волгогр. гос. ун-т" ; Федер. гос. бюдж. образоват. учреждение выс. проф. образования "Куб. гос. ун-т", Фил. в г. Славянске-на-Кубани. – Волгоград : Изд-во ВолГУ, 2014. – 404 с. ISBN 978-5-9669-1384-7

Дополнительная литература:

1. Иорданская, Ф. А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов - резерва спорта высших достижений. Этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования [Электронный ресурс] / Ф. А. Иорданская. – М. : Сов. спорт, 2011. – 144 с. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210425 (дата обращения: 01.10.2016).

2. Кузьменко, Г. А. Физическая культура и оптимизация процесса спортивной подготовки: организационная культура личности юного спортсмена [Электронный ресурс] : программа элективного курса для основного общего образования / Г. А. Кузьменко, К. М. Эссеббар. – М. : Прометей, 2013. – 140 с. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=240144 (дата обращения: 03.09.2016).

3. Николаев, В. С. Двигательная активность и здоровье человека: (теоретико-методические основы оздоровительной физической тренировки) [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. С. Николаев, А. А. Щанкин. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 80 с. : ил. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362769.

Периодические издания:

1. Физиология человека URL- http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1099994

2. Сайт с учебником по физиологии человека под редакцией В. М. Покровского, Г. Ф. Коротько URL http://www.bibliotekar.ru/447/

3. Культура физическая и здоровье. - URL: http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1381052.

Интернет-ресурсы

1. ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» [учебные, научные здания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red.
2. ЭБС издательства «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы] : сайт. – URL: http://e.lanbook.com.
3. ЭБС «Юрайт» [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. – URL: https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB.
4. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [5600 журналов, в открытом доступе – 4800] : сайт. – URL: http://elibrary.ru.
5. Базы данных компании «Ист Вью» [раздел: Периодические издания (на рус. яз.) включает коллекции: Издания по общественным и гуманитарным наукам; Издания по педагогике и образованию; Издания по информационным технологиям; Статистические издания России и стран СНГ] : сайт. – URL: http://dlib.eastview.com.
6. Электронная библиотека «Grebennikon» [раздел: Журналы (на рус. яз.) по экономике и менеджменту] : сайт. – URL: http://grebennikon.ru/journal.php.
7. Экономика // Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования: дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное : сайт. – URL: http://window.edu.ru/catalog/resources?p_rubr=2.2.76.4.
8. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [для общего, среднего профессионального, дополнительного образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: http://fcior.edu.ru.
9. Федеральная служба государственной статистики : официальный сайт. – URL: http://www.gks.ru/.
10. Экономика и жизнь : портал [объединение интернет-порталов АКДИ и «Экономика и жизнь»] : сайт. – URL: http://www.eg-online.ru/eg/about/.
11. Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: http://publication.pravo.gov.ru.

12. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: http://enc.biblioclub.ru/.

13. Словарь финансовых и юридических терминов [полнотекстовый ресурс свободного доступа] // КонсультантПлюс : справочно-правовая система : сайт. – URL: http://www.consultant.ru/law/ref/ju_dict.

14. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About.

Учебное издание

Шкляренко Александр Павлович

СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

Методические материалы
к изучению дисциплины и организации самостоятельной работы
студентов 4-го курса бакалавриата,
обучающихся по направлению 44.03.01 Педагогическое образование
(профиль подготовки – Физическая культура)
очной и заочной форм обучения

Подписано в печать 10.10.2018.
Формат 60x84/16. Бумага типографская. Гарнитура «Таймс»
Печ. л. 1,06. Уч.-изд. л. 0,74
Тираж 1 экз. Заказ № 483

Филиал Кубанского государственного университета
в г. Славянске-на-Кубани
353560, Краснодарский край, г. Славянск-на-Кубани, ул. Кубанская, 200

Отпечатано в издательском центре
филиала Кубанского государственного университета в г. Славянске-на-Кубани
353560, Краснодарский край, г. Славянск-на-Кубани, ул. Коммунистическая, 2