**Основы врачебного контроля**

Текущий контроль

темы и планы рефератов

**Реферат 1.** Организация врачебного контроля

1. Понятие о врачебном контроле

2. Цель, задачи и основание врачебного контроля

3. Организация врачебного контроля (медицинского обеспечения занятий физической культурой и спортом).

4. Основные методы врачебного контроля

**Реферат 2.** Здоровье и болезнь

1. Здоровье и факторы, его определяющие

2. Здоровый образ жизни

3. Болезнь, ее виды и стадии, причины и механизмы формирования

4. Факторы риска болезни. Причины и условия возникновения патологии при занятиях спортом.

5. Принципы профилактики заболеваний

**Реферат 3.** Адаптация и стресс

1. Адаптация, понятие, формы, механизмы

2. Компенсаторно-приспособительные процессы в организме и адаптация

3. Адаптация к условиям крайнего севера, высокогорья, смене часовых поясов.

4. Стресс, понятие, стадии, физиологические признаки стресса, факторы, лимитирующие стресс

**Реферат 4.** Системы и методы укрепления здоровья

1. Концепция здоровья и система его укрепления

2. Методики укрепления иммунитета (водные процедуры, закаливание, соляризация)

3. Массаж в системе поддержания состояния здоровья

4. Психический компонент здоровья и методики психорегуляции

**Реферат 5.** Травмы и первая помощь

1. Травма и спортивный травматизм

2. Первая помощь при травмах мягких тканей

3. Первая помощь при ранах

4. Первая помощь при травмах суставов и костей.

5. Первая помощь при закрытых черепно-мозговых травмах.

**Реферат 6.** Морфофункциональные особенности систем организма спортсмена, влияние физических упражнений на органы и системы

1. Физическое развитие человека

2. Исследование физического развития: соматоскопия, антропометрия.

3. Оценка физического развития: метод индексов, метод стандартов, антропометрический профиль.

**Реферат 7.** Функциональное состояние соматической нервной системы, методы его исследования,

1. Оценка функционального состояния соматической нервной системы

2. Анамнез

3. Теппинг тест

4. Оценка функционального состояния двигательного анализатора

5. Оценка функционального состояния вестибулярного анализатора

**Реферат 8.** Функциональное состояние вегетативной нервной системы, методы его исследования и критерии оценки

1. Оценка функционального состояния вегетативной нервной системы

2. Ортостатическая проба

3. Клиностатическая проба

4. Вегетативный индекс

5. Вариабельность ритма сердца

**Реферат 9.** Морфо-функциональные особенности дыхательной системы спортсменов, методы его исследования и критерии оценки

1. Оценка функционального состояния дыхательной системы спортсмена в покое

2. Оценка частоты дыхания, жизненной емкости легких

3. Динамическая спирометрия

4. Гипоксические пробы Штанге и Генчи

5. Гипоксические пробы с нагрузкой

**Реферат 10.** Морфо-функциональные особенности сердечнососудистой системы спортсменов, базовые методы его исследования в условиях покоя и критерии оценки

1. Пульсометрия и оценка ее результатов

2. Тонометрия и оценка ее результатов

3. Минутный объем крови

4. Сердечный индекс

5. Тип кровотока

**Реферат 11.** Функциональные пробы сердечнососудистой системы для оценки уровня функциональной готовности и адаптоспособности

1. Типы реакции на физическую нагрузку сердечнососудистой системы

2. Одномоментная проба Мартинэ-Кушелевского

3. Одномоментная проба Котова-Дёшина

4. Трёхмоментная проба Летунова

5. Оценка адаптации по данным о типах реакции на нагрузку

**Реферат 12.** Функциональные особенности сердца спортсменов, дополнительные методы его исследования – электрокардиография

1. Особенности электрокардиограммы спортсменов

2. Дистрофия миокарда вследствие хронического перенапряжения

**Реферат 13.** Тестирование физической работоспособности спортсмена и управление тренировочным процессом: субмаксимальные тесты

1. Понятие физической работоспособности

2. Требования к тестам физической работоспособности

3. Тест Руфье-Диксона

4. Тест PWC170

5. PWC170 со специфическими нагрузками

**Реферат 14.** Тестирование физической работоспособности спортсмена и управление тренировочным процессом: максимальные тесты

1. Тест МПК (прямое и непрямое определение)

2. Тест Гарвардский

3. Тест Новакки

4. Тест Купера

5. Управление тренировочным процессом по данным тестов физической работоспособности

**Реферат 15.** Врачебно-педагогические наблюдения и управление тренировочным процессом

1. Цель и задачи врачебно-педагогических наблюдений (ВПН)

2. Параметры, применяемые в ходе ВПН

3. ВПН в ходе тренировочного занятия

4. ВПН с дополнительными нагрузками

5. ВПН с повторными нагрузками

Основные источники:

1. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. — 2-е изд., доп. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002.—512 с.

Дополнительные источники:

1. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: Курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2004. –Часть 1. – 304 с.

2. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2004. –Часть 2. – 360 с.

3. Макарова Г. А. Спортивная медицина: учебник. – М.: Советский спорт, 2002. – 480 с.