



Департамент молодежной политики и спорта  
Кемеровской области  
Государственное профессиональное образовательное учреждение  
«Новокузнецкое училище (техникум) олимпийского резерва»  
(ГПОУ «Новокузнецкое УОР»)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ФАРМАКОЛОГИЯ В СПОРТЕ**

**2015 г.**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 49.02.01. Физическая культура /педагог по физической культуре и спорту.

Организация-разработчик: Государственное профессиональное образовательное учреждение «Новокузнецкое училище (техникум) олимпийского резерва»

Разработчики:

Черных Татьяна Александровна, преподаватель ГПОУ «Новокузнецкое УОР»

Программа рассмотрена на заседании методического объединения преподавателей

Протокол № 7 от 26.08.15

Рекомендована педагогическим советом ГПОУ «Новокузнецкое УОР» к использованию в качестве программы дисциплины по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура

Протокол № 7 от 28.08.15

Утверждена приказом директора ГПОУ «Новокузнецкое УОР»

Приказ № 370 от 28.08.15

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>стр. 4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>13</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>15</b>

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФАРМАКОЛОГИЯ В СПОРТЕ

## 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 050141 Физическая культура / педагог по физической культуре и спорту.

Данная программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) специалистов в области физической культуры.

## 1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Дисциплина входит в профессиональный цикл основной профессиональной образовательной программы.

## 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**

- находить сведения о лекарственных препаратах в доступных базах данных;
- ориентироваться в номенклатуре лекарственных средств;
- применять лекарственные средства по назначению врача;
- давать рекомендации спортсмену по применению различных лекарственных средств;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

- лекарственные формы, пути введения лекарственных средств, виды их действия и взаимодействия;
- основные лекарственные группы и фармакотерапевтические действия лекарств по группам;
- побочные эффекты, виды реакций и осложнений лекарственной терапии;

В результате освоения учебной дисциплины должны сформироваться следующие **общие компетенции:**

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с

принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 13. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

В результате освоения учебной дисциплины должны сформироваться следующие **профессиональные компетенции**:

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

#### **1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 60 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 40 часов;

самостоятельной работы обучающегося 20 часов.

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	60
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	40
в том числе:	
практические занятия	15
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	20
В том числе:	
Написание реферативных сообщений	14
Заполнение таблиц	6
<i>Промежуточная аттестация в форме зачета (другие формы контроля) – 4 семестр</i>	

## 2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины Фармакология в спорте

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, самостоятельная работа обучающихся.	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	<b>4 семестр</b>		
<b>Введение.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	
	1   Фармакология – как наука.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка реферативного сообщения: «Современные лекарственные формы»	2	
	<b>Глава1. Управление работоспособностью спортсмена</b>		
<b>Тема 1. 1. Зоны энергообеспечения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2
	Энергообеспечение по способам реализации: анаэробное и аэробное. Фармообеспечение по зонам.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Коррекция лактатных возможностей организма	1	
<b>Тема 1.2. Факторы, ограничивающие работоспособность квалифицированно го спортсмена</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2
	1   Системные и органные факторы, воздействуя на которые возможно снизить или повысить работоспособность здорового организма (причины, следствия, коррекция)		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Сообщения: «Снижение иммунологической реактивности», «Снижение функции печени, почек и других органов в результате запредельной тренировочной нагрузки», «Угнетение центральной нервной системы и периферической нервной системы»	2	
<b>Тема 1.3. Дополнительные факторы риска</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2
	1   Нарушение режима, диета, не соответствующая виду спорта, интоксикации (алкогольная, никотиновая, бытовая)		
	<b>Практические занятия</b> Составление таблицы «Факторы, ограничивающие работоспособность спортсмена»	1	

	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка реферативного сообщения: «Влияние факторов окружающей среды на работоспособность спортсмена»	1	
	<b>Глава 2. Фармакология этапов подготовки спортсмена</b>		
<b>Тема 2.1. Подготовительный период</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2
	Подготовка к восприятию интенсивных физических и психоэмоциональных нагрузок (решение в фармакологическом аспекте)		
	<b>Практические занятия</b> Составление таблицы «Обоснование применения фармакологических препаратов в подготовительный период по видам спорта»	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Сообщение: «Диета спортсмена в подготовительный период»	2	
<b>Тема 2.2. Базовый период</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2
	1 Цели и задачи базового периода. Применение фармакологических средств в этот период.		
	<b>Практические занятия</b> Составление таблицы «Обоснование применения фармакологических препаратов в базовый период по видам спорта»	1	
<b>Тема 2.3. Предсоревновательный период</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Цели и задачи предсоревновательного периода. Применение фармакологических средств в этот период.	1	
	<b>Практические занятия</b> Составление таблицы «Обоснование применения фармакологических препаратов в предсоревновательный период по видам спорта»	1	
<b>Тема 2.4. Фармакология соревнования и восстановления</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Цели и задачи соревновательного и восстановительного периодов. Применение фармакологических средств в эти периоды.	1	
	<b>Практические занятия</b> Составление таблицы «Обоснование применения фармакологических препаратов в восстановительный период по видам спорта»	1	
	<b>Глава 3. Фармакологические препараты спорта</b>		
<b>Тема 3.1. Витамины,</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	
	Витамины и поливитаминные комплексы (суточная потребность, принципы приема,		



<b>коферменты, производные витаминов</b>		продолжительность). Водорастворимые и жирорастворимые витамины.. Коферменты, производные витаминов: действие на организм, суточная потребность.		2
	<b>Практические занятия</b> Составление рекомендаций по применению витаминов и коферментов.		1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Составление таблицы «Витамины»		1	
<b>Тема 3.2. Минералы, микроэлементы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		1	
	Минералы: калий, натрий, хлориды: суточная потребность, препараты их содержащие. Значение магния, кальция, фосфора, бора. Микроэлементы: железо, хром, медь, йод, марганец, молибден, селен, кремний, сера, цинк			
	<b>Практические занятия</b> Составление таблицы «Минералы в жизни спортсмена»		1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составление таблицы «Значение микроэлементов»		1	
<b>Тема 3.3. Энзимы, адаптогены</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Энзимы – биологические катализаторы, действие на организм, фармакологические препараты, содержащие энзимы. Адаптогены: влияние на организм, лекарственные формы		1	
	<b>Практические занятия</b> Изучение номенклатуры энзимов и адаптогенов из имеющихся в аптечной сети		1	
<b>Тема 3.4. Антиоксиданты, антигипоксанты</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		1	2
	1	Антиоксиданты и свободные радикалы (оксиданты): положительное и отрицательное воздействие на организм. Антигипоксанты – их использование в спорте для борьбы с гипоксией, воздействие на организм.		
	<b>Практические занятия</b> Определение фармакологического эффекта и показания к применению антиоксидантов и антигипоксантов		1	
<b>Тема 3.5. Анаболизующие препараты, психостимуляторы</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Анаболизующие препараты рекомендованные для наращивания мышечной массы и увеличения силы, их характеристика. Психостимуляторы (ноотропы), повышающие уровень энергетического обмена клеток мозга.		1	2
	<b>Практические занятия</b> Выполнение таблицы сравнительной характеристики анаболизующих средств		1	

	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> составление таблицы «Воздействие ноотропов на организм».	2	
<b>Тема 3.6.</b> <b>Макроэррги,</b> <b>иммуномодуляторы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2
	1   Макроэррги – как источник энергии для мышечного сокращения при работе в анаэробной алактатной зоне мощности. Иммуномодуляторы – их применение в период интенсивных тренировочных нагрузок		
	<b>Практические занятия</b> Описание средств, влияющих на иммунитет и их сравнительная характеристика	1	
<b>Тема 3.7.</b> <b>Регуляторы</b> <b>нервно-</b> <b>психического</b> <b>статуса.</b> <b>Гепатопротекторы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2
	1   Регуляторы нервно-психического стресса: положительное и отрицательное воздействие на организм. Гепатопротекторы: функция, распространенные препараты.		
	<b>Практические занятия</b> Сравнительная характеристика гепатопротекторов	1	
<b>Тема 3.8.</b> <b>Актопротекторы.</b> <b>Стимуляторы</b> <b>крововетворения и</b> <b>кровообращения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	
	Актопротекторы – класс стимуляторов физической работоспособности, воздействующий на многие органы и системы организма и препятствующих развитию утомления.		
	<b>Практические занятия</b> Выполнение таблицы сравнительной характеристики актопротекторов	1	
	<b>Глава 4. Допинг</b>		
<b>Тема 4.1. Общие</b> <b>положения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	
	Мединский кодекс МОК(извлечение) Список запрещенных классов веществ и запрещенных методов. Сроки выведения некоторых препаратов, входящих в список запрещенных средств		
<b>Тема 4.2</b> <b>Анаболические</b> <b>стероиды.</b> <b>Производные</b> <b>тестостерона</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	
	Анаболические стероиды, производные тестостерона: фармакологическое действие, показания к применению, побочное действие, противопоказания		
	<b>Практические занятия</b> Сравнительная характеристика анаболических стероидов	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся (сообщение)</b> Использование производных тестостерона в спорте	2	
	<b>Глава 5. Коррекция отдельных состояний в спорте</b>		
<b>Тема 5.1.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	

<b>Топическое лечение травм</b>	Местное лечение травм, полученных в результате занятий спортом. Препараты, с помощью которых происходит быстрая реабилитация.		2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся (сообщения)</b>			
	Спектры действия отдельных препаратов (противовосполительные, местноанестезирующие, разогревающие, ранозаживляющие, бактерицидные)			
<b>Тема 5.2. Перетренировка. Фармакологическая реабилитация</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		1	
	Перетренированность – патологическое состояние: причины, стадии, симптомы, профилактика, лечение			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся (сообщения)</b> Фармакологическая реабилитация перетренировки		2	
<b>Тема 5.3. Иммунодефицит (коррекция). Создание мышечного объёма</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		1	
	Фазы адаптации иммунитета к нагрузкам. Состояния организма, вызывающие напряжение иммунной системы. Коррекция таких состояний. Лекарственные препараты, обеспечивающие мышечный объём			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся (доклад)</b> Лекарственная коррекция иммунодефицита		2	
<b>Глава 6. Фармообеспечение по видам спорта</b>				
<b>Тема 6.1. Циклические виды спорта. Единоборства</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		1	
	Препараты, применяемые на различных этапах подготовки в циклических видах спорта. •			
<b>Тема 6.2. Игровые виды спорта</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		1	
	Препараты, применяемые на различных этапах подготовки в игровых видах спорта			
<b>Тема 6.3. Координационные виды спорта. Скоростно-силовые виды спорта</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		1	2
	1	Препараты, применяемые на различных этапах подготовки в координационных видах спорта. Препараты, применяемые на различных этапах подготовки в скоростно-силовых видах спорта		
	<b>Дифференцированный зачет</b>		2	
<b>Всего 60 часов (из них аудит. 24ч. , пр. 14ч. , см. 20ч. Зачет 2ч. )</b>				

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета по фармакологии

Оборудование учебного кабинета:

##### **Средства обучения.**

Информационные средства обучения:

- учебники;
- учебные пособия;
- справочники;
- сборники тестовых заданий;
- сборники ситуационных задач;

##### **Наглядные средства обучения:**

###### **1. Изобразительные пособия**

- плакаты;
- схемы;
- рисунки;
- таблицы;
- графики;
- фотоснимки;
- гербарий

###### **2. Натуральные пособия**

- образцы лекарственных препаратов и форм;
- образы лекарственного растительного сырья;

##### **Технические средства обучения:**

###### **1. Аудиовизуальные:**

- телевизор;
- видеомэгагнитофон;

###### **2. Компьютер:**

- мультимедиа – система;
- система Интернет;

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### **Основные источники:**

1. Фармакология с общей рецептурой : учеб. / В. В. Майковский, Р. Н. Аляутдин. - 3-е изд., доп. и перераб. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2010. - 240 с. : 26 ил.
2. Фармакология с общей рецептурой : учебник / Д. А. Харкевич. - 3-е изд., испр. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2010. - 464 с. : ил.

**Дополнительные источники:**

1. Фармакология / Под ред. проф. Р. Н. Аляутдина. - 4-е изд., перераб. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2008. - 832 с. : ил.

**Интернет – ресурсы:**

ЭБС «Консультант студента» [электронный ресурс] Режим доступа : [www.medcollegelid.ru](http://www.medcollegelid.ru)

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>умения</b>	
нахождения сведений о лекарственных препаратах в доступных базах данных;	оценка выполнения практической работы оценка полноты точности составленных терминов глоссария
ориентирования в номенклатуре лекарственных средств;	оценка результатов тестирования оценка точности составленной граф.структуры, таблицы
применения лекарственных средств по назначению врача;	оценка результатов тестирования оценка результатов решения ситуационных задач оценка результатов индивидуального опроса в устной форме
подготовка рекомендаций спортсмену по применению различных лекарственных форм;	оценка научности, доступности, информативности составленной памятки оценка результатов решения ситуационных задач
<b>знания</b>	
лекарственных форм, путей введения лекарственных средств, видов их действия и взаимодействия;	оценка результатов тестирования оценка результатов решения ситуационных задач оценка индивидуального опроса в устной форме
основных лекарственных групп и фармакотерапевтических действий лекарств по группам;	оценка результатов тестирования оценка результатов решения ситуационных задач оценка группового опроса в письменной форме оценка правильности составленной схемы
побочных эффектов, видов реакций и осложнений лекарственной терапии;	оценка результатов тестирования оценка результатов решения ситуационных задач