

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Факультет физической культуры и спорта

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Современные методы восстановительной медицины**  
**при подготовке спортсменов**

Кафедра спортивных дисциплин

Образовательная программа магистратуры  
***49.04.01 Физическая культура***

Направленность (профиль) программы:  
***Управление системой подготовки спортсменов***

Форма обучения  
***Заочная***

Статус дисциплины: *входит в часть ОПОП, формируемую участниками образовательных отношений*

Махачкала, 2022 год

Рабочая программа дисциплины «Современные методы восстановительной медицины при подготовке спортсменов» составлена в 2022 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО – магистратура по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура от «19» сентября 2017 г. №944.

Разработчик (и): кафедра БЖД, Омарова Хадижат Гаджиевна, к.б.н., доцент.

Рабочая программа дисциплины одобрена:  
на заседании кафедры спортивные дисциплины от «25» 03 2022 г., протокол № 6

Зав. кафедрой  Рустамов А. М.  
(подпись) (Ф.И.О)

на заседании Методической комиссии Физической культуры факультета от  
«12» марта 2022 г., протокол № 7.

Председатель  Новикова Н. Р.  
(подпись) (Ф.И.О)

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим  
управлением «31» 03 2022 г.

/Начальник УМУ  Гасангаджиева А.Г.  
(подпись)

### Аннотация рабочей программы дисциплины

Дисциплина «Современные методы восстановительной медицины при подготовке спортсменов» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений ОПОП магистратуры по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура.

Дисциплина реализуется на факультете Физической культуры и спорта кафедрой спортивных дисциплин.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с предметным ознакомлением студентов, получивших к началу его изучения достаточно обширные и глубокие знания педагогико-физкультурного характера и направленных на профессиональную подготовку специалиста в области управления системой подготовки спортсменов.

Дисциплина нацелена на формирование следующих компетенций выпускника: общепрофессиональных – ОПК-4, профессиональных – ПК-3.

Преподавание дисциплины предусматривает проведение следующих видов учебных занятий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа.

Рабочая программа дисциплины предусматривает проведение следующих видов контроля успеваемости в форме опроса и контрольных работ, и промежуточный контроль в форме зачета.

Объем дисциплины 3 зачетных единиц, в том числе в академических часах по видам учебных занятий: 108 ч.

#### Заочная форма обучения

Семестр	Учебные занятия							СРС, в том числе зачет, дифференцированный зачет, экзамен	Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	
	в том числе:									
	всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем					КСР			консультации
		всего	Лекции и	Лабораторные занятия	Практические занятия	КСР				
1	108	16	6		10			92	зачет	

## 1. Цели освоения дисциплины

Целью изучения дисциплины является формирование углубленных профессиональных знаний в области восстановительной медицины спортсмена и подготовка к самостоятельной научно–исследовательской, педагогической и управленческой деятельности.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП магистратуры

Дисциплина «Современные методы восстановительной медицины при подготовке спортсменов» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений ОПОП магистратуры по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура.

Дисциплина логически связана с такими курсами как психологическая подготовка спортсменов, адаптация и закономерности ее формирования при подготовке спортсменов высокой квалификации, теория и методика спортивной подготовки.

Особую роль играет формирование у студентов целостного представления о профессиональной деятельности тренера-преподавателя по спорту посредством тесного взаимодействия с дисциплинами предметного цикла. Центральное место здесь занимает взаимосвязь с дисциплинами «Технологии спортивной подготовки», «Подготовка спортсменов высокой квалификации в командно-игровых видах спорта», «Подготовка спортсменов высокой квалификации в индивидуальных видах спорта».

## 3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (перечень планируемых результатов обучения и процедура освоения).

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
ОПК-4 Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу	ОПК-4.1. Анализирует и объясняет междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт, особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта в отечественной и мировой практике	<i>Знает:</i> особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований; <i>Умеет:</i> объяснять значение физической культуры как части общей культуры общества и фактора обеспечения здоровья, нравственные ценности физической культуры и спорта, идеи олимпизма устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов; <i>Владеет:</i> методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта; новейшими теориями, концепциями и интерпретациями системы понятийных категорий;	Устный опрос, Письменный опрос
	ОПК-4.2. Определяет формы агитационной работы в области ФКиС для различных целевых аудиторий, способы размещения информации в периодических печатных и электронных средствах массовой информации	<i>Знает:</i> особенности пропагандистской и агитационной работы на основе нравственных ценностей физической культуры и спорта <i>Умеет:</i> использовать знания проблем физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе в пропаганде нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, в просветительно-образовательной и агитационной работе;	

		<p><i>Владеет:</i> определять формы и способы размещения информации в периодических печатных и электронных средствах массовой информации, информационных агентствах, информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», в виде социальной наружной рекламы, информационных стендов, презентационных модулей, печатной, полиграфической и сувенирной продукции, фото-продукции, видеофильмов, аудиозаписей в сфере развития физической культуры и спорта на региональном (межрегиональном) уровне;</p> <p>методами формирования общественного мнения о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья</p>	
	ОПК-4.3. Проводит просветительскую работу для обеспечения здоровья, нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма в рамках реализации программ профессионального образования	<p><i>Знает:</i> теоретико-прикладные основы формирования общественного мнения о физической культуре и спорте.</p> <p><i>Умеет:</i> осуществлять просветительно-образовательную работу по формированию общественного мнения о физической культуре и спорте</p> <p><i>Владеет:</i> Навыками проведения теоретических занятий, доказывающих важное значение физической культуры как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья, нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма в рамках реализации программ профессионального образования;</p>	
ПК-3 Способен управлять подготовкой спортсменов спортивной сборной команды	ПК 3.1. Способен определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия	<p><i>Знает:</i> -передовой опыт деятельности в сфере физической культуры и спорта, и технологии его трансформации в систему подготовки национальной спортивной сборной команды -локальные нормативные акты спортивной федерации, профессиональной спортивной лиги, профессионального спортивного клуба по виду спорта в части регулирования подготовки спортивной сборной команды</p> <p><i>Умеет:</i> - управлять тренерами, специалистами спортивной сборной команды в тренировочном процессе -планировать и контролировать реализацию мероприятий по медико-биологическому, научно-методическому обеспечению, антидопинговому сопровождению подготовки спортсменов в спортивной сборной команде -планировать централизованную подготовку спортивной сборной команды</p> <p><i>Владеет:</i> -разработкой генеральной стратегии и методики подготовки спортивной</p>	Устный опрос, Письменный опрос

		<p>сборной команды</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-координации и контролем разработки индивидуальных планов подготовки членов спортивных сборных команд</li> <li>-определение состава, функций и порядка взаимодействия лиц, участвующих в подготовке спортсменов спортивной сборной команды</li> </ul>	
	<p>ПК 3.2. Способен проводить учебно-тренировочные занятия.</p>	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-современные технологии, средства и методы подготовки спортсменов высокого класса и критерии оценки эффективности подготовки</li> <li>-методы планирования тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле</li> <li>-методика обучения и совершенствования техники в виде спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)</li> <li>-методика обучения и совершенствования техники в виде спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-осуществлять командное и индивидуальное годовое, периодическое и этапное планирование спортивной подготовки спортивной сборной команды</li> <li>-разрабатывать планы обеспечения безопасности спортсменов спортивной сборной команды в процессе тренировок</li> <li>-использовать в процессе подготовки спортивной сборной команды тренажеры, оборудование, комплексы по функциональной подготовке, диагностике и реабилитации</li> <li>-ставить цели, определять задачи специалистам спортивной сборной команды исходя из стратегии подготовки спортивной сборной команды, добиваться их исполнения</li> <li>-использовать систему стимулирования для формирования мотивации спортсменов, специалистов спортивной сборной команды</li> <li>-использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды</li> <li>-систематизировать и применять лучшие практики подготовки спортивных сборных команд</li> </ul> <p><i>Владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-управление централизованной подготовкой спортсменов спортивной сборной команды на основе комплексной программы подготовки, проведение тренировочных мероприятий со спортсменами спортивной сборной команды</li> <li>-анализ и контроль выполнения планов централизованной и индивидуальной подготовки спортсменов спортивной сборной команды</li> </ul>	

		-координацией работы и управления работой тренерского состава спортивной сборной команды с учетом индивидуальной специализации каждого тренера -контролем соблюдения спортсменами и тренерским составом спортивной сборной команды антидопинговых правил	
--	--	---	--

#### 4. Объем, структура и содержание дисциплины.

4.1. Объем дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов.

4.2. Структура дисциплины.

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по модулям	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа в т.ч. экзамен	
<b>Модуль 1.</b>						
1	Роль, место и значение планирования и применения средств восстановления в подготовке спортсменов различной квалификации. Основные понятия и термины.	1	2		10	Устный опрос, письменный опрос
2	Современные направления применения средств восстановления в системе спортивной тренировки.			2	10	
3	Управление работоспособностью с помощью восстановительных средств.				12	
<b>Итого по модулю 1:</b>			2	2	32	36
<b>Модуль 2.</b>						
1	Фармакология этапов подготовки спортсмена	1	2		10	Устный опрос, письменный опрос
2	Фармакологические препараты спорта			2	10	
3	Допинг			2	10	
<b>Итого по модулю 2:</b>			2	4	30	36
<b>Модуль 3.</b>						

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по модулям	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа в т.ч. экзамен	
1	Планирование средств восстановления и профилактики в процессе занятий спортом	1	2	2	12	Устный опрос, письменный опрос
2	Коррекция отдельных состояний в спорте			2	14	
	<b>Подготовка к зачету:</b>				4	
	<b>Итого по модулю 3:</b>		2	4	30	36
	<b>ИТОГО:</b>		6	10	92	108

### 4.3. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам).

#### 4.3.1. Содержание занятий по дисциплине.

##### Модуль 1.

##### **Тема 1. Роль, место и значение планирования и применения средств восстановления в подготовке спортсменов различной квалификации. Основные понятия и термины.**

История и основные этапы развития знаний о применении восстановительных средств. Значение применения средств восстановления и профилактики в системе спорта. Критический анализ использования в практике односторонних подходов в применении средств восстановления в тренировочном процессе, эффект долговременного влияния применяемых средств восстановления на здоровье спортсменов, динамику роста спортивных результатов.

##### **Тема 2. Современные направления применения средств восстановления в системе спортивной тренировки.**

Направление, основанное на уменьшении или полном устранении явлений утомления с целью повышения объема и интенсивности тренировочных нагрузок, увеличения числа тренировок. Направление, основанное на восстановлении или мобилизации тех компонентов функциональной, физической подготовки, развитие которых в прошедшем тренировочном занятии было второстепенным, но на следующем занятии будет главным. Направление, основанное на восстановлении уровня функционального состояния отдельных физиологических систем, органов, мышечных групп, лимитирующих проявление специальной работоспособности спортсмена

##### **Тема 3. Управление работоспособностью с помощью восстановительных средств.**

Зоны и механизмы энергообеспечения мышечной деятельности. Фармообеспечение по зонам. Лимитирование работоспособности системными (дисбаланс эндокринной системы, нарушение кислотно-щелочного равновесия, блокирование клеточного дыхания в



работающих мышцах, снижение энергообеспечения, возникновение свободно-радикальных процессов, снижение иммунологической реактивности.

## **Модуль 2.**

### **Тема 1. Фармакология этапов подготовки спортсмена**

Основные задачи подготовительного и предсоревновательного периодов. Группы фармакологических препаратов, рекомендованные к применению в данные периоды спортивной деятельности, особенности их дозировок. Основные задачи соревновательного и восстановительного периодов. Группы фармакологических препаратов, рекомендованные к применению в данные периоды спортивной деятельности, особенности их дозировок.

### **Тема 2. Восстановительные препараты спорта и их своевременное применение.**

Препараты спорта: аминокислотные препараты и белковые продукты повышенной биологической ценности, витамины, анаболизующие средства, гепатопротекторы и желчегонные средства, иммунокорректирующие средства, адаптогены растительного и животного происхождения, препараты некоторых других групп (например, энергизирующие средства (субстраты энергетического обмена), антиоксиданты, электролиты и минералы, углеводные насыщенные смеси, комбинированные препараты и др.).

### **Тема 3. Допинг.**

Общие положения. Сроки выведения некоторых препаратов. Анаболические стероиды. Производные тестостерона.

## **Модуль 3.**

### **Тема 1. Планирование средств восстановления и профилактики в процессе занятий спортом**

Задачи восстановления в конце тренировочного микроцикла, реализация принципа комплексного подбора средств. Задачи текущего восстановления, реализация принципа комплексного подбора средств. Задачи оперативного восстановления непосредственно в процессе тренировочного занятия, реализация принципа комплексного подбора средств.

### **Тема 2. Коррекция отдельных состояний в спорте**

Топическое лечение травм. Перетренировка. Фармакологическая реабилитация. Иммунодефицит (коррекция). Создание мышечного объема.

## **5. Образовательные технологии**

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура, профиль «Управление системой подготовки спортсменов», для реализации данной программы предусматривает проведение лекционных и практических занятий.

На лекционном и семинарском занятиях посредством мультимедийных средств широко используется демонстрационный материал, который усиливает ощущения и восприятия обучаемого. К их числу относятся слайды, схемы, фотоматериалы и др.

## **6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.**

Самостоятельная работа, является одним из основных видов деятельности студента, которая включает в себя изучение лекционного материала по Современным методам восстановительной медицины при подготовке спортсменов, учебников и учебных пособий

по Современным методам восстановительной медицины при подготовке спортсменов, первоисточников, подготовку сообщений, выступления на групповых занятиях, выполнение заданий преподавателя.

Самостоятельную работу над дисциплиной Современные методы восстановительной медицины при подготовке спортсменов следует начинать с изучения программы, которая содержит основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучаемых.

Получив представление об основном содержании раздела, темы, необходимо изучить материал с помощью учебников по Современные методы восстановительной медицины при подготовке спортсменов. Целесообразно составить краткий конспект или схему, отображающую смысл и связи основных понятий данного раздела и включенных в него тем. Затем полезно изучить выдержки из первоисточников. При желании можно составить их краткий конспект.

Обязательно следует записывать возникшие вопросы, на которые не удалось ответить самостоятельно.

## **7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.**

### **7.1. Типовые контрольные задания**

#### **Вопросы к зачету**

1. История и основные этапы развития знаний о применении восстановительных средств. Значение применения средств восстановления и профилактики в системе спорта.
2. Научно-практическое обоснование необходимости применения средств восстановления в системе спортивной тренировки.
3. Современные направления применения средств восстановления в системе спортивной тренировки. Направление, основанное на уменьшении или полном устранении явлений утомления с целью повышения объема и интенсивности тренировочных нагрузок, увеличения числа тренировок.
4. Современные направления применения средств восстановления в системе спортивной тренировки. Направление, основанное на восстановлении или мобилизации тех компонентов функциональной, физической подготовки, развитие которых в прошедшем тренировочном занятии было второстепенным, но на следующем занятии будет главным.
5. Современные направления применения средств восстановления в системе спортивной тренировки. Направление, основанное на восстановлении уровня функционального состояния отдельных физиологических систем, органов, мышечных групп, лимитирующих проявление специальной работоспособности спортсмена
6. Концепция срочного кратковременного восстановления работоспособности непосредственно в процессе спортивной и учебной деятельности.
7. Классификация средств восстановления.
8. Принципы теории и методики средств восстановления.
9. Значение применения средств восстановления в системе занятий спортом.
10. Характеристика психологических средств восстановления.
11. Современные направления применения средств восстановления в системе спортивной тренировки (по В.Н. Платонову, Я.С. Вайнбауму).
12. Обоснование применения восстановительно-профилактических средств на этапе начальной спортивной специализации.
13. Обоснование применения восстановительно-профилактических средств на этапе углубленной спортивной тренировки.
14. Управление работоспособностью спортсмена. Зоны энергообеспечения.
15. Факторы, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена.
16. Фармообеспечение по видам спорта. Единоборства

17. Фармообеспечение по видам спорта. Игровые виды спорта
18. Фармообеспечение по видам спорта. Координационные виды спорта
19. Фармообеспечение по видам спорта. Скоростно-силовые виды спорта
20. Группы фармакологических препаратов, рекомендованные к применению в подготовительный и предсоревновательный период спортивной деятельности, особенности их дозировок.
21. Группы фармакологических препаратов, рекомендованные к применению в соревновательный и восстановительный период спортивной деятельности, особенности их дозировок.
22. Восстановительные препараты спорта и их своевременное применение: аминокислотные препараты и белковые продукты повышенной биологической ценности.
23. Восстановительные препараты спорта и их своевременное применение: витамины, анаболизующие средства.
24. Восстановительные препараты спорта и их своевременное применение: гепатопротекторы и желчегонные средства, иммунокорректирующие средства.
25. Восстановительные препараты спорта и их своевременное применение: адаптогены растительного и животного происхождения, антиоксиданты.
26. Восстановительные препараты спорта и их своевременное применение: антиоксиданты, электролиты и минералы.
27. Восстановительные препараты спорта и их своевременное применение: углеводные насыщенные смеси, комбинированные препараты.
28. Допинг. Общие положения.
29. Допинг. Сроки выведения некоторых препаратов.
30. Допинг. Анаболические стероиды.
31. Допинг. Производные тестостерона.
32. Задачи восстановления в конце тренировочного микроцикла, реализация принципа комплексного подбора средств.
33. Задачи текущего восстановления, реализация принципа комплексного подбора средств.
34. Задачи оперативного восстановления непосредственно в процессе тренировочного занятия, реализация принципа комплексного подбора средств.
35. Топическое лечение травм. Перетренировка.
36. Фармакологическая реабилитация. Иммунодефицит (коррекция). Создание мышечного объема.

## **7.2. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.**

Общий результат выводится как интегральная оценка, складывающаяся из текущего контроля - 30% и промежуточного контроля - 70%.

Текущий контроль по дисциплине включает:

- посещение занятий - 5 баллов
- участие на практических занятиях – 15 баллов
- выполнение самостоятельной работы – 10 баллов

Промежуточный контроль по дисциплине включает:

- контрольная работа - 70 баллов

### **Критерии оценки посещения занятий**

Оценка выставляется в соответствии с процентом занятий, которые посетил студент из всего количества аудиторных занятий, предусмотренных дисциплиной.

### **Критерии оценки участия на практических занятиях (устный опрос)**

Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически

последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.

Критерии оценивания устного опроса:

86-100 баллов ставится, если студент полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

66-85 баллов ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для 86-100 баллов, но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

51-65 балл ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

0-50 баллов ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.

#### **Критерии оценки контрольной работы**

Письменная контрольная работа состоит из трех теоретических вопросов:

86-100 баллов – студент, показал всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, самостоятельно ответил на вопросы, ответ отличается богатством и точностью использованных терминов, материал излагается последовательно и логично; показал отличное владение навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач.

66-85 баллов – студент, показал полное знание учебного материала, не допускающий в ответе существенных неточностей, самостоятельно выполнивший ответивший на вопросы; показал хорошие владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач.

51-65 балл – студент, обнаруживший знание основного учебного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы, самостоятельно выполнивший задания, однако допустивший некоторые погрешности при ответе на вопросы;

0-50 баллов – выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях или отсутствие знаний по значительной части основного учебного материала, не выполнившего задания, допустившему принципиальные ошибки при ответе на вопросы, продемонстрировавший недостаточный уровень владения умениями и навыками при решении профессиональных задач.

## **8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.**

а) адрес сайта курса

1. <http://elib.dgu.ru>
2. <http://edu.icc.dgu.ru>

б) основная литература:

1. Кулиненко, Олег Семенович. Подготовка спортсмена [Текст] : фармакология, физиотерапия, диета / О. С. Кулиненко. - Москва : Советский спорт, 2009. - 432 с. - Библиогр.: с. 420-428. - ISBN 978-5-9718-0411-6 : 255-00. 5 1-6
2. Кулиненко, Д. О. Справочник фармакологии спорта. Лекарственные препараты спорта [Текст] : справочное пособие / Д. О. Кулиненко, О. С. Кулиненко. - 3-е изд., доп. и испр. - М. : ТВТ Дивизион, 2004. - 308 с. - ISBN 5-85724-004-2 : 265-00. 5 1-6

3. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. — 2-е изд., доп. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС 2002.—512 с.: ил. ISBN 5-691-01006-9.  
URL: [https://yar14ssh.edu.yar.ru/o/dubrovskiy\\_v\\_i\\_-\\_sportivnaya\\_meditcina\\_2-e\\_izda.pdf](https://yar14ssh.edu.yar.ru/o/dubrovskiy_v_i_-_sportivnaya_meditcina_2-e_izda.pdf)

б) дополнительная литература:

1. Макарова, Галина Александровна. Фармакологическое обеспечение в системе подготовки спортсменов [Текст] / Г. А. Макарова. - Москва : Советский спорт, 2003. - 160 с. - Библиогр.: с. 142-155. - ISBN 5-85099-799-6 : 116-79
2. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина : учебное пособие:курс лекций и практические занятия. Ч.1 / Н.Д.Граевская, Т.И.Долматова. - М. : Советский спорт, 2004. - 304с. : ил. - Доп.Гос.ком.РФ. - ISBN 5-85009-927-1 : 270-00.
- 3.Граевская, Н. Спортивная медицина : учебное пособие:курс лекций и практические занятия. Ч.2 / Н.Д.Граевская, Т.И.Долматова. - М. : Советский спорт, 2004. - 360с. : ил. - Доп.Гос.ком.РФ. - ISBN 5-85009-927-2
4. Епифанов В.А Лечебная физкультура и спортивная медицина: учебник для вузов / Епифанов В.А. - 2007. - 568 с.

## **9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.**

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. – Москва, 1999 –. Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>. – Яз. рус, англ.
2. Moodle [Электронный ресурс]: система виртуального обучения: [база данных] / Даг. гос. ун-т. – Махачкала, г. – Доступ из сети ДГУ или, после регистрации из сети ун-та, из любой точки, имеющей доступ в интернет. – URL: <http://moodle.dgu.ru/>
3. Электронный каталог НБ ДГУ [Электронный ресурс]: база данных содержит сведения о всех видах лит, поступающих в фонд НБ ДГУ/Дагестанский гос. ун-т. – Махачкала, 2010 – Режим доступа: <http://elib.dgu.ru>, свободный

## **10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.**

Для изучения теоретического курса студентам необходимо использовать лекционный материал, учебники и учебные пособия из списка основной и дополнительной литературы, интернет источники. По дисциплине «Современные методы восстановительной медицины при подготовке спортсменов» в конце каждого модуля проводится контрольная работа. Рабочей программой дисциплины «Современные методы восстановительной медицины при подготовке спортсменов» предусмотрена самостоятельная работа студентов в объеме 92 час. Самостоятельная работа проводится с целью углубления знаний по дисциплине и предусматривает:

- чтение студентами рекомендованной литературы и усвоение теоретического материала дисциплины;
- выполнение индивидуальных заданий;
- подготовку к контрольным работам, зачету.

С самого начала изучения дисциплины студент должен четко уяснить, что без систематической самостоятельной работы успех невозможен. Эта работа должна регулярно начинаться сразу после лекционных занятий, для закрепления только что пройденного материала. После усвоения теоретического материала можно приступить к самостоятельному решению задач из учебников и пособий, входящих в список основной литературы.

## **11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных**

**систем.**

Реализация дисциплины осуществляется с применением прикладных программных продуктов общего назначения: MS PowerPoint, Adobe Acrobat Reader, средства просмотра изображений.

## **12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.**

Реализация учебной дисциплины требует наличия типовой учебной аудитории с возможностью подключения технических средств. Учебная аудитория должна иметь следующее оборудование: компьютер, медиа-проектор, экран.