

75.0
P85



СИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

КАФЕДРА СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ И ГИГИЕНЫ

**РУКОВОДСТВО
К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ
ПО КУРСУ
СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ**

ОМСК 2016

СИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

КАФЕДРА АНАТОМИИ, ФИЗИОЛОГИИ,
СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ И ГИГИЕНЫ

**РУКОВОДСТВО
К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ
ПО КУРСУ СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ**

**ВНЕСЕНО
В КОМПЬЮТЕР**

Омск 2016

Рецензенты:

доктор мед. наук, профессор В. Г. Тристан;

доктор мед. наук, доцент Ю. А. Федорихин

Куртев, С. Г. Руководство к практическим занятиям по курсу спортивной медицины : учебное пособие / С. Г. Куртев, И. А. Кузнецова, С. И. Еремеев, Л. А. Лазарева. – 4-е изд., стереотипное. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2016. – 152 с.

Учебное пособие написано в соответствии с утвержденной учебной программой по спортивной медицине.

Представлены методы исследования и оценки физического развития, кардиореспираторной системы, физической работоспособности, нервной системы и нервно-мышечного аппарата, излагаются основные принципы врачебно-педагогических наблюдений и самоконтроля спортсмена.

Пособие включает протоколы практических занятий, куда могут быть внесены результаты исследований, выводы и практические рекомендации, а также рисунки и графики, в которых отражены принципы расшифровки данных обследования, табличный материал, используемый для оценки полученных данных.

Учебное пособие предназначено для студентов высших и средних учебных заведений по физической культуре и спорту, аспирантов, преподавателей физического воспитания и тренеров.

Печатается по решению
редакционно-издательского совета университета



- © Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016
- © Куртев С. Г., Кузнецова И. А., Еремеев С. И., Лазарева Л. А., 2016

СОДЕРЖАНИЕ

Тема 1. Исследование физического развития, особенностей телосложения и состояния опорно-двигательного аппарата.....	3
Тема 2. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы.....	37
Тема 3. Исследование физической работоспособности.....	62
Тема 4. Исследование функционального состояния системы внешнего дыхания.....	87
Тема 5. Исследование функционального состояния нервной системы и нервно-мышечного аппарата.....	105
Тема 6. Врачебно-педагогические наблюдения.....	129
Тема 7. Самоконтроль спортсмена.....	146