

45.0

Р82

ВЫСШЕЕ

ОБРАЗОВАНИЕ

В. Б. Рубанович

ВРАЧЕБНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

3-е издание

В. Б. Рубанович

ВРАЧЕБНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ

3-е издание, исправленное и дополненное



**Книга доступна на образовательной платформе «Юрайт» urait.ru,
а также в мобильном приложении «Юрайт.Библиотека»**

Москва ■ Юрайт ■ 2020

УДК 796(075.8)

ББК 75я73

Р82

Автор:

Рубанович Виктор Борисович — профессор, доктор медицинских наук, профессор кафедры физической воспитания факультета физической культуры Новосибирского государственного педагогического университета, профессор кафедры физической культуры и спорта Новосибирского института повышения квалификации и переподготовки работников образования.

Рецензенты:

Конциц Н. С. — профессор, доктор медицинских наук, профессор кафедры теоретических основ физической культуры факультета физической культуры Новосибирского государственного педагогического университета;

Ендропов О. В. — доктор медицинских наук, профессор.

Рубанович, В. Б.

Р82

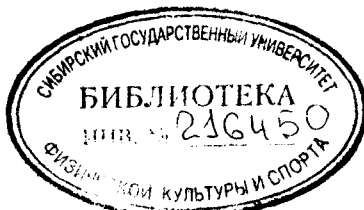
Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 253 с. — (Высшее образование). — Текст : непосредственный.

ISBN 978-5-534-07030-9

Проект «Университеты России» позволит высшим учебным заведениям нашей страны использовать в образовательном процессе учебники и учебные пособия по различным дисциплинам, подготовленные преподавателями лучших университетов России и впервые опубликованные в издательствах университетов. Все представленные в этой серии учебники прошли экспертную оценку учебно-методического отдела издательства и публикуются в оригинальной редакции.

В книге даны основы организации врачебного контроля за занимающимися физической культурой, показаны методы обследования, используемые во врачебном контроле, некоторые особенности врачебного контроля за лицами разного возраста и пола, изложены задачи врачебно-педагогических наблюдений, а также рассмотрены травмы при занятиях физической культурой и средства восстановления работоспособности.

Для специалистов по физической культуре, врачей и педагогов.



УДК 796(075.8)

ББК 75я73

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

© Рубанович В. Б., 2003

© Рубанович В. Б., 2017, с изменениями

© ООО «Издательство Юрайт», 2020

ISBN 978-5-534-07030-9

Оглавление

Предисловие	5
Глава 1. Основы организации врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом	7
1.1. Краткие исторические данные о становлении врачебного контроля в нашей стране.....	7
1.2. Цель, задачи и содержание врачебного контроля.....	10
1.3. Организация врачебного контроля за занимающимися физической культурой и спортом	11
Глава 2. Методы обследования, используемые во врачебном контроле за занимающимися физкультурой и спортом.....	14
2.1. Анамнез	14
2.2. Исследование и оценка физического развития.....	15
2.2.1. Соматоскопия.....	16
2.2.2. Оценка биологического созревания и полового развития.....	22
2.2.3. Определение календарного возраста.....	25
2.3. Антропометрия.....	25
2.4. Методы оценки физического развития	30
2.5. Функциональные методы исследования, пробы и тесты.....	39
2.5.1. Функциональные исследования в условиях мышечного покоя ...	39
2.5.2. Функциональные пробы и тесты в оценке функциональных способностей занимающихся физкультурой и спортом.....	61
2.5.3. Исследование суточного ритма физиологических функций при занятиях физической культурой и спортом.....	105
2.6. Оценка функционального состояния организма	113
2.7. Оценка физической подготовленности	115
Глава 3. Оценка индивидуального здоровья, заключение по данным обследования.....	119
Глава 4. Некоторые особенности врачебного контроля за лицами разного возраста и пола	130
Глава 5. Врачебно-педагогические наблюдения в процессе занятий оздоровительной физкультурой и спортом	141
5.1. Определение, цель и задачи врачебно-педагогических наблюдений	141
5.2. Формы организации и методы исследования, применяемые при врачебно-педагогических наблюдениях.....	143

5.3. Методики проведения врачебно-педагогических наблюдений, анализ и оценка полученных данных	146
Глава 6. Заболевания и травмы при занятиях физкультурой и спортом	159
6.1. Заболевания, предпатологические и патологические состояния у занимающихся физкультурой и спортом	159
6.2. Острые патологические состояния, их профилактика и оказание первой помощи	167
6.2.1. Острое физическое перенапряжение	167
6.2.2. Обморок	168
6.2.3. Гипогликемическое состояние	170
6.2.4. Тепловой и солнечный удары	171
6.2.5. Утопление	172
6.3. Травмы при занятиях физкультурой и спортом, их причины и профилактика	173
Глава 7. Средства восстановления работоспособности	180
7.1. Классификация средств восстановления и основные принципы их использования	181
7.2. Характеристика средств восстановления	183
Приложения	193
Рекомендуемая литература	243
Новые издания по дисциплине «Физическая культура» и смежным дисциплинам	252