Колесникова Валерия

Группа: О-17-ЭК-ЭБ-2-Б

Научная статья на тему: **«Методика диспансеризации-комплексного врачебного обследования спортсмена»**

Тема является актуальной, потому что в результате тренировочных и соревновательных периодов, если метод не верен или спортсмен перетренирован, могут возникнуть травмы. Чтобы этого избежать, необходимо пройти комплексное медицинское обследование.

Цель такова:

1. формирование у специалистов понимания современных методов диагностики и исследований, применяемых в спортивной медицине

2. Введение в предпатологические и патологические состояния в иррациональных видах спорта.

Задачами работы являются:

1. обучение студентов теоретическим основам и практическим методам исследования отдельных систем и органов, используемым в комплексном комплексном исследовании функционального состояния спортсмена.;

2. формирование представления о необходимости углубленного медицинского обследования, включающего комплексное обследование и постоянный мониторинг

Метод диспансеризации прежде всего начинается с медико-педагогического контроля.

Медико-педагогический контроль - это исследование, которое проводится врачом совместно с тренером с целью определения того, как физическая нагрузка влияет на организм спортсмена, с целью предотвращения переутомления и развития патологических изменений, приводящих к заболеваниям.

Каждый человек, занимающийся физической культурой и спортом, обязан пройти медицинское освидетельствование, которое является формой медицинского контроля.

Все медицинские осмотры спортсменов делятся на:

- первичный-когда врач принимает решение о допуске к занятиям физической культурой и определяет степень готовности организма юного спортсмена к занятиям физической культурой и спортом. Без такого разрешения спортивный тренер или учитель физкультуры не должны иметь права допускать их к участию в занятиях. Медицинское обследование должно определять состояние здоровья, физическое развитие и приспособленность организма к дозированной физической нагрузке. Если у спортсмена имеются небольшие отклонения в здоровье и физическом развитии, то должны быть введены ограничения в физическом воспитании и спорте и даны рекомендации по характеру и режиму спортивной тренировки. В дальнейшем такой опрос проводится в начале каждого спортивного сезона.

- повторное-определение влияния занятий физической культурой и спортом на состояние организма спортсмена. Пересмотрите тех, кто уже занимается физкультурой или спортом. Врач определяет функциональное состояние человека, его физическое развитие и дает заключение о влиянии спортивных занятий на здоровье студента. Также необходимо выяснить степень изменений состояния организма в связи с динамикой физической подготовленности. Повторное обследование обычно проводится 1-2 раза в год (не реже одного раза в год), в высокоэффективных видах спорта — 2-4 раза.

- дополнительные-для решения вопроса о допуске спортсмена к тренировкам и соревнованиям после болезней, травм, длительных перерывов в тренировках, по просьбе тренера или спортсмена. Их основное назначение-оценка состояния здоровья на момент обследования и функциональных возможностей ведущих систем организма.

Кроме того, в некоторых видах спорта дополнительное обследование проводится врачом непосредственно перед участием в соревнованиях. Это касается участников соревнований по подводному плаванию, марафонскому бегу, спортивной ходьбе и бегу на дистанцию 20 км, лыжным гонкам на 50 км и более, многодневным велосипедным, мотоциклетным и автомобильным гонкам, марафонским заплывам.

Кроме того, во время соревнований по боксу, борьбе (вольной, классической, дзюдо, самбо) медицинские осмотры должны проводиться ежедневно перед взвешиванием спортсменов. Дополнительные обследования должны проводиться также для спортсменов, допущенных к занятиям, но имеющих отклонения в состоянии здоровья.

Углубленное медицинское обследование проводится 2-4 раза в год для определения состояния здоровья и физического развития студента; функционального состояния спортсмена, его адаптации к физической нагрузке; выявления симптомов предрасположенности. При обнаружении перетренированности врач дает соответствующие рекомендации, назначает необходимые медицинские назначения и определяет дату следующего визита.

Основные требования к медицинскому осмотру:

-комплексность;

-динамическое наблюдение;

-функциональная направленность

Комплексность достигается за счет комплексного клинического обследования, функциональных проб и тестов с дозированной физической нагрузкой.

Цель комплексного обследования:

- диагностика состояния здоровья;

- определение и оценка физического развития;

- определение функционального состояния и индивидуальных особенностей организма;

- назначение необходимых лечебно-профилактических мероприятий и адекватных средств оздоровления, рационального питания и личной гигиены.;

- рекомендации по выбору вида тренировки, режима и метода тренировки.

По результатам комплексного обследования планируется вся последующая работа со спортсменом.

**Список использованной литературы**

1. Бегидова Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры. М.: Юрайт, 2019. 192 с.

2. Бишаева А.А., Малков А.А. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. 312 с.

3. Братановский С.Н., Вулах М.Г. Административно-правовой статус граждан в сфере физической культуры и спорта // Спорт: экономика, право, управление. 2015. N 3. С. 14 — 19.

4. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика. М.: Юрайт, 2019. 174 с.

5. Виленский М. Я., Горшков А. Г. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. 216 с.

6. Германов Г. Н., Корольков А. Н., Сабирова И. А. Теория и история физической культуры и спорта. Учебное пособие для СПО. В 3-х томах. Том 1. Игры олимпиад. М.: Юрайт, 2019. 794 с.

7. Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. Теория и история физической культуры. М.: КноРус, 2020. 448 с.

8. Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. 256 с.

9. Ягодин В. В. Физическая культура. Основы спортивной этики. М.: Юрайт, 2019. 114 с.