

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Б1.О.14  
(индекс дисциплины)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Спортивная медицина**

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки (специальности)  
49.03.01 Физическая культура

направленность (профиль)/специализация  
*Педагогическая и тренерская деятельность*

Форма обучения: Заочная

Год набора: 2020

Общая трудоемкость: 2 ЗЕ

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр	6	Итого
Форма контроля	Зачет	
Вид занятий		
Лекции	8	8
Лабораторные		
Практические	4	4
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР		
Промежуточная аттестация	0,25	0,25
Контактная работа	34,25	34,28
Самостоятельная работа	56	56
Контроль	3,75	3,75
<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>72</b>

Рабочую программу составил(и):

профессор, д.м.н., доцент Власов В.Н.

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

### Рецензирование рабочей программы дисциплины:

Отсутствует

1

## Рецензент

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки (специальности)<sup>1</sup>

Срок действия рабочей программы дисциплины до «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.<sup>2</sup>

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры / департамента / центра

(протокол заседания № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.).

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – освоение студентами основ системы медицинского обеспечения занимающихся физической культурой и спортом, направленной на укрепление здоровья, повышения работоспособности, предупреждения переутомлений, травм и заболеваний, лечения и реабилитации заболевших.

### Задачи:

1. Изучить принципы организации врачебно-физкультурной службы.
2. Вооружить студентов знаниями по оценке влияния физических упражнений на организм занимающихся с учетом возраста, пола, функциональных возможностей, состояния здоровья.
3. Освоить порядок медицинского освидетельствования при решении вопроса о допуске к занятиям физическими упражнениями.
4. Изучить особенности спортивного травматизма, его профилактики, приемами оказания первой помощи.
5. Освоить методику проведения врачебно-педагогических наблюдений.
6. Знать современные медико-биологические средства восстановления физической работоспособности.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины и практики, на освоении которых базируется данная дисциплина: основы медицинских знаний, анатомия и физиология человека.

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: спортивно-оздоровительный мониторинг, спортивно-педагогический практикум.

## 3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций (УК-8)	УК-8.1 Выявляет возможные угрозы для жизни и здоровья человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	Знать: как выявить возможные угрозы для жизни и здоровья человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций;
		Уметь: выявлять возможные угрозы для жизни и здоровья человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций;
		Владеть: выявлять возможные угрозы для жизни и здоровья человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций;
	УК-8.2 Понимает, как создавать и поддерживать безопасные условия	Знать: как создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, том числе при

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
	жизнедеятельности, том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	возникновении чрезвычайных ситуаций
		Уметь: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций
		Владеть: способностью создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций
	УК-8.3 Демонстрирует знание приемов оказания первой помощи пострадавшему	Знать: как демонстрировать приемы оказания первой помощи пострадавшему;
		Уметь: демонстрировать приемы оказания первой помощи пострадавшему;
		Владеть: способностью демонстрировать приемы оказания первой помощи пострадавшему;
Способен проводить работу по предотвращению применения допинга (ОПК-8)	ОПК-8.1 Умеет выявлять условия, затрудняющие становление и развитие личности различных контингентов, обучающихся;	Знать: как выявлять условия, затрудняющие становление и развитие личности различных контингентов, обучающихся;
		Уметь: выявлять условия, затрудняющие становление и развитие личности различных контингентов, обучающихся;
		Владеть: способностью выявлять условия, затрудняющие становление и развитие личности различных контингентов, обучающихся;
	ОПК-8.2. Способен разрабатывать и реализовывать планы профилактических занятий по предотвращению применения допинга с обучающимися	Знать: как разрабатывать и реализовывать планы профилактических занятий по предотвращению применения допинга с обучающимися
		Уметь: разрабатывать и реализовывать планы профилактических занятий по предотвращению применения допинга с обучающимися
		Владеть: способностью разрабатывать и реализовывать

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		планы профилактических занятий по предотвращению применения допинга с обучающимися
	ОПК 8.3. Владеет технологиями занятий с обучающимися по развитию интеллектуальной, эмоционально волевой сферы	Знать: и владеть технологиями занятий с обучающимися по развитию интеллектуальной, эмоционально волевой сферы
		Уметь: проводить занятия с обучающимися по развитию интеллектуальной, эмоционально волевой сферы
		Владеть: способностью проводить занятия с обучающимися по развитию интеллектуальной, эмоционально волевой сферы
Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся (ОПК-9)	ОПК 9.1 Знает методики оценки уровня физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.	Знать: методики оценки уровня физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.
		Уметь: оценивать уровень физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.
	ОПК 9.2. Осуществляет контроль и оценку физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся с использованием различных диагностических средств и методов измерения	Знать: как осуществлять контроль и оценку физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся с использованием различных диагностических средств и методов измерения
		Уметь: осуществлять контроль и оценку физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся с использованием различных диагностических средств и методов измерения

<b>Формируемые и контролируемые компетенции</b> (код и наименование)	<b>Индикаторы достижения компетенций</b> (код и наименование)	<b>Планируемые результаты обучения</b>
		Владеть: способностью осуществлять контроль и оценку физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся с использованием различных диагностических средств и методов измерения
	ОПК 9.3Выявляет недостатки в физическом развитии, технической и физической подготовленности и разрабатывает пути их исправления.	Знать: как выявлять недостатки в физическом развитии, технической и физической подготовленности и <u>разрабатывать</u> пути их исправления.
		Уметь: выявлять недостатки в физическом развитии, технической и физической подготовленности и <u>разрабатывать</u> пути их исправления
		Владеть: способностью выявлять недостатки в физическом развитии, технической и физической подготовленности и <u>разрабатывать</u> пути их исправления
Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса (ОПК-14)	ОПК-14.1 Проводит анализ текущей периодической отчетности об итогах физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации.	Знать: как проводить анализ текущей периодической отчетности об итогах физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации.
		Уметь: проводить анализ текущей периодической отчетности об итогах физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации.
		Владеть: способностью проводить анализ текущей периодической отчетности об итогах физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации.
	ОПК-14.2 Разрабатывает план мероприятий по развитию методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации.	Знать: как разрабатывать план мероприятий по развитию методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации
		Уметь: <u>разрабатывать</u> план мероприятий по развитию методического обеспечения

<b>Формируемые и контролируемые компетенции</b> (код и наименование)	<b>Индикаторы достижения компетенций</b> (код и наименование)	<b>Планируемые результаты обучения</b>
		<p>физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации</p> <p>Владеть: способностью разрабатывать план мероприятий по развитию методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации</p>
	ОПК-14.3 Обладает знаниями методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации включая современные методы и инновационные технологии.	<p>Знать: методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации включая современные методы и инновационные технологии.</p> <p>Уметь: обеспечивать физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу в физкультурно-спортивной организации включая современные методы и инновационные технологии.</p> <p>Владеть: способностью обеспечивать физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу в физкультурно-спортивной организации включая современные методы и инновационные технологии.</p>

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы <sup>3</sup>	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1. Введение в дисциплину.	Лек.	Предмет, цели и задачи спортивной медицины.	6	0,5	4	-	Опрос по теме
	Лек.	Основы общей патологии.	6	0,5	4	-	Опрос по теме
Модуль 2. Физическое развитие спортсмена.	Пр.	Физическое развитие и здоровье.	6	0,5	6	-	
	Пр.	Методы исследования физического развития.	6	0,5	4	-	
Модуль 3. Функциональное состояние организма	Пр.	Функциональное состояние нервной системы и нервно-мышечного аппарата.	6	0,5	6	-	
	Пр.	Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы.	6	0,5	6	-	
	Пр.	Исследование легочных объемов и легочной вентиляции.	6	0,5	6	-	



<b>Модуль (раздел)</b>	<b>Вид учебной работы<sup>3</sup></b>	<b>Наименование тем занятий (учебной работы)</b>	<b>Семестр</b>	<b>Объем, ч.</b>	<b>Баллы</b>	<b>Интерактив, ч.</b>	<b>Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)</b>
Модуль 4. Функциональная диагностика	Лек.	Тестирование в спортивной медицине.	6	1	4	-	Опрос по теме
	Пр.	Тесты применяемые для определения физической работоспособности.	6	0,5	4	-	Выполнение практической работы
Модуль 5. Врачебный контроль	Лек.	Врачебно-педагогическое наблюдение.	6	1	6	-	Опрос по теме
	Пр.	Медицинское обеспечение соревнований.	6	0,25	4	-	Выполнение практической работы
	Лек.	Дневник самоконтроля.	6	1	6	-	Опрос по теме
Модуль 6. Медицинский контроль.	Пр.	Врачебный контроль за детьми и подростками.	6	0,25	4	-	Выполнение практической работы
	Пр.	Медицинское обеспечение занятий физической культурой в среднем, пожилом и старческом возрасте;	6	0,25	4	-	Выполнение практической работы
Модуль 7. Средства восстановления.	Пр.	Специальное питание, витаминизация.	6	0,25	4	-	Выполнение практической работы
	Лек.	Физические средства восстановления.	6	1	4	-	Опрос по теме

Модуль (раздел)	Вид учебной работы <sup>3</sup>	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 8. Спортивная патология.	Лек.	Перенапряжение и перетренированность.	6	1	4	-	Опрос по теме
	Лек.	Острые патологические состояния.	6	2	10	-	Опрос по теме
	Лек.	Неотложная доврачебная помощь при травмах и остероразвивающихся	6	1	10	-	Опрос по теме
	СР	Самостоятельное изучение литературы по курсу	6	56			
	ПА		6	0,25			
	Контроль		6	3,75			
<b>Итого:</b>				<b>72</b>	<b>100</b>		

**Схема расчета итогового балла**

## **5. Образовательные технологии**

... Технология традиционного обучения развития.

Практическое занятие. Методы: наглядные, практические.

## **6. Методические указания по освоению дисциплины**

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить

последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа

студента предполагает работу с научной и учебной литературой.

Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях, изучения рекомендованной литературы, выполнения заданий.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания: изучают рекомендованную научно-практическую и учебную литературу; выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

Основными видами аудиторной работы студентов являются лекции и практические занятия. В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на выполнение практических занятий и указания на самостоятельную работу.

## 7. Оценочные средства

### 7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр <sup>4</sup>	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства <sup>5</sup>
1	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций (УК-8)	<i>ИДЗ (составление рефератов и кроссвордов)</i>
2	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга (ОПК-8)	<i>ИДЗ (составление рефератов и кроссвордов)</i>
3	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся (ОПК-9)	<i>ИДЗ (составление рефератов и кроссвордов)</i>
4	Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса (ОПК-14)	<i>ИДЗ (составление рефератов и кроссвордов)</i>

### 7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

#### 9.2.1. Реферат

##### 9.2.1.1. Перечень рефератов (Тема 1.1. Предмет, цели и задачи спортивной медицины.):

- Основная цель спортивной медицины.
- Развитие спортивной медицины в России.
- Организация спортивной медицины
- Врачебно-физкультурный диспансер.
- Основные представители спортивной медицины в России.

##### 9.2.1.2. Перечень рефератов (Тема 1.2. Основы общей патологии.):

- Общее учение о болезни.
- Этиология и патогенез.
- Роль наследственности в патологии.
- Реактивность.
- Иммунитет
- Аллергия.

##### 9.2.1. Перечень рефератов (Тема 1.3. Физическое развитие и здоровье.):

- Учение о физическом развитии.
  - Методы исследования физического развития.
  - Соматоскопия.
  - Соматометрия.
  - Оценка результатов исследования физического развития.
  - Особенности физического развития у представителей различных видов спорта.
-

#### 9.2.1. Перечень рефератов (Тема 4.1. Тестирование в спортивной медицине):

- Проблемы спортивно-медицинского тестирования.
- Методы определения максимального потребления кислорода.
- Особенности теста Новакки.
- Субмаксимальный тест PWS<sub>170</sub>.
- Проба С.П. Летунова.
- Гарвардский степ-тест.
- Ортостатическая проба

Процедура оценивания реферата:

При оценивании реферата учитываются:

- новизна текста (наличие авторской позиции, самостоятельность суждений и способа представления материала);
- обоснованность выбора источников (полнота использования работ по проблеме; привлечение наиболее известных и новейших работ по проблеме; их использование в содержании работы);
- степень проработки содержания;
- соответствие содержания заявленной теме и плану;
- полнота и глубина раскрытия в содержании основных аспектов проблемы и понятий темы;
- соблюдение в содержании требований логики, научности, стилевого единства;
- представление результатов анализа, обобщений, выводов, сопоставления различных точек зрения по рассматриваемым вопросам;

4) соблюдение требований к оформлению:

- оформление всех частей реферата (титальный лист, содержание, введение, страница с представлением всех пунктов плана, заключение, список используемой литературы);
- правильное оформление используемой литературы;
- правильное оформление ссылок на используемую литературу;
- грамотность и культура изложения;
- соблюдением требований к объему реферата (15-25 страниц машинописного текста);
- технические требования: формат А 4, текст шрифт TimesNewRoman, кегль 14, межстрочный интервал 1,5, все поля по 2 см.

Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется студенту, если его продукт самостоятельный, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа современных проблем науки и образования, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды; материал доступен для слушателей, соблюдает правила к оформлению, в процессе защиты реферата проявляет владение материалом; демонстрирует продвинутый уровень компетенции ОПК - 1

- оценка «хорошо» выставляется студенту, если его продукт самостоятельный, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа современных проблем науки и образования, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, недостаточно аргументированы собственные взгляды; есть замечания к манере подачи материала в ходе защиты реферата; демонстрирует базовый уровень компетенции ОПК - 1

- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если его продукт самостоятельный, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа современных проблем науки и образования, однако низкая степень раскрытия сущности проблемы, недостаточная обоснованность выбора источников, есть замечания к оформлению материала и к манере его подачи в ходе защиты реферата; демонстрирует пороговый уровень компетенции ОПК - 1

- оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он не подготовил реферат.

9.2.2. Образец задач по предмету (ИДЗ). Преподаватель формирует по каждой теме варианты задач, которые должен выполнить студент. Результаты решения задач студенты представляют устно на семинарском занятии. Преподаватель обсуждает способ решения задачи. Помогает исправить ошибки.

Вариант задания по теме «Врачебный контроль за детьми и подростками»

Задание 1: Приведите основные факторы, существенно влияющие на здоровье.

Задание 2: Дайте определение понятия качество жизни.

Задание 3: Определите основные факторы оказывающие влияние на качество жизни и здоровье.

Задание 4: Определите понятие «компоненты здоровья».

Задание 5: Определите понятие «концепции здоровье».

Вариант задания по теме «Медицинское обеспечение занятий физической культурой в среднем, пожилом и старческом возрасте»

Задание 1: Приведите отличия понятий заболеваемость, болезненность и инвалидность.

Задание 2: Приведите факторы, от которых зависит общественное здоровье.

Задание 3: Приведите примеры динамики инвалидности по её причинам.

Задание 4: Приведите примеры динамики детской заболеваемости.

Задание 5: Приведите примеры динамики инфекционной заболеваемости

2.Критерии оценки:

4 балла – правильно выполнены все задания, студент владеет теоретическим материалом, объясняет решение задачи

3 балла – задания выполнены с одной или двумя ошибками, студент владеет теоретическим материалом, объясняет решение задачи

2 балла - задания выполнены с одной или двумя ошибками, студент недостаточно владеет теорией, затрудняется объяснить решение задачи

1 балла - задания выполнены с двумя или тремя ошибками, студент слабо владеет теорией, не может объяснить решение задачи

### 9.2.3 Образцы тестовых заданий

1. «Спортивная медицина» – это наука:

- а) о здоровье человека;
- б) об организации спорта;
- в) о влиянии занятий физической культурой и спортом на организм. \*

2. Какие функции выполняет «Спортивная медицина»?

- а) изучает возрастные особенности спортсменов;
- б) занимается лечебной деятельностью;
- в) участвует вместе с тренером управлением тренировочного процесса. \*

3. «Спортивная медицина» изучает:

- а) состояние организма в покое;
- б) влияние физических нагрузок на организм; \*
- в) возрастные особенности развития спортсменов.

4. Задачами спортивной медицины является:

- а) диагностика хронических болезней;
- б) выявление состояния физического развития и физической подготовленности;\*
- в) оказание первой помощи.

5. Термин "спортивная медицина" включает:

- а) определение функционального состояния спортсменов;

- б) наблюдения за спортсменами на тренировках и соревнованиях;
- в) систему медицинского обеспечения всех контингентов занимающихся физкультурой и спортом; \*
- г) изучение состояния здоровья спортсменов и физкультурников.

6. Для занятий физической культурой выделяют следующие медицинские группы:

- а) сильная, ослабленная, специальная;
- б) основная, подготовительная, специальная;\*
- в) физически подготовленные, слабо физически подготовленные, физически не подготовленные;
- г) первая - без отклонений в состоянии здоровья; вторая - с незначительными отклонениями в состоянии здоровья; третья – больные.

7. Влияние физической культуры и спорта на организм спортсменов изучает:

- а) гигиена;
- б) анатомия;
- в) антропология;
- г) спортивная медицина. \*

8. Основная цель спортивной медицины это:

- а) содействие достижению высоких спортивных результатов человека, восстановлению его здоровья, повышения работоспособности;
- б) содействие восстановлению здоровья, функционального состояния и трудоспособности, нарушенных болезнями, травмами или физическими, химическими и социальными факторами;
- в) содействие рациональному использованию средств и методов физической культуры и спорта для гармоничного развития человека, сохранения и укрепления его здоровья, повышения работоспособности и продления активного, творческого периода жизни.\*

9. Понятие «здоровье» включает в себя:

- а) уровень заболеваемости;
- б) наличие травм;
- в) психические расстройства;
- г) полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не отсутствие травм и болезней.\*

10. Болезнь – это:

- а) реакция организма на действие вредных для него факторов; \*
- б) адаптация организма к вредным для него факторам;
- в) преимущественно механическое повреждение организма;
- г) преимущественно биологическое и химическое повреждение организма.

11. Физкультурный диспансерный метод включает в себя:

- а) наблюдение за здоровьем детей;
- б) наблюдение за здоровьем лиц пожилого состава;
- в) контроль за здоровьем спортсменов; \*
- г) наблюдение за здоровьем инвалидов.

12. В чем заключается основная функция диспансера?

- а) отборе лиц для занятий физической культурой и спортом;
- б) активным наблюдением за здоровьем и тренированностью спортсменов; \*
- в) проведении реабилитационного процесса при выявленной патологии.

13. Подострая форма болезни характеризуется:

- а) быстрым течением;
- б) длительным течением;
- в) средней длительностью течения. \*

14. Этиология – это:

- а) причина болезни;\*
- б) признаки болезни;
- в) стадии болезни.

15. Патогенез – это:

- а) причины заболеваний;
- б) механизм развития болезни; \*
- в) исходы заболевания.

16. Назовите основные фигуры тренировочного процесса:

- а) врач;
- б) тренер;
- в) тренер и врач. \*

17. Какой из указанных ниже факторов оказывает наиболее неблагоприятное влияние на здоровье человека:

- а) наследственность;
- б) окружающая среда;
- в) образ жизни; \*
- г) медицина.

18. Какой из указанных ниже факторов оказывает наименее неблагоприятное влияние на здоровье человека:

- а) наследственность;
- б) окружающая среда;
- в) образ жизни;
- г) медицина.\*

19. Наукой о наследственности является:

- а) анатомия;
- б) генетика;\*
- в) эмбриология.

20. Гипертрофия – это :

- а) увеличение органа в объеме;\*
- б) уменьшение органа в объеме;
- в) изменение функции органа.

21. Показатель крепости телосложения учитывает всё перечисленное, кроме:

- а) роста стоя;
- б) массы тела;
- в) окружности грудной клетки на вдохе;
- г) окружности шеи\*.

22. Индекс Кетле учитывает



- а) только рост;
- б) только вес;
- в) окружность груди;
- г) обхват бедра;
- д) рост и вес. \*

23. Для оценки свода стопы используется индекс:

- а) Кетле;
- б) Чижина;\*
- в) Брока;
- г) Руфье.

24. К методам оценки физического развития относятся все перечисленные, исключая методы:

- а) антропометрических стандартов;
- б) индексов;
- в) корреляции;
- г) соматовегетативный;\*

25. Для определения объёма движений в суставах применяют:

- а) прибор Билли-Кирхгофера;
- б) калипер;
- в) угломер; \*
- г) сантиметровую ленту.

26. К основным признакам физического развития относятся все перечисленные, кроме:

- а) длины тела;
- б) массы тела;
- в) обхвата грудной клетки;
- г) состава крови;\*
- д) жизненной емкости легких.

27. Какой из показателей физического развития оказывает наиболее положительное влияние на рост и развитие детей и подростков?

- а) гипергармоничное;
- б) гармоничное; \*
- в) ухудшенное гармоничное;
- г) акселерация.

28. Соматоскопия – это:

- а) осмотр тела;\*
- б) измерение частей тела;
- в) состояние физического здоровья.

29. Соматометрия – это:

- а) осмотр тела;
- б) измерение частей тела;\*
- в) состояние физического здоровья.

30. Методом исследования физического развития является:

- а) электрокардиография;
- б) антропометрия; \*
- в) пульсометрия.

31. Функциональная проба для исследования вестибулярного анализатора это:

- а) координационная проба Ромберга;
- б) проба Яроцкого;\*
- в) ортостатическая проба.

32. Для исследования точности и координации движений не используют:

- а) анализ походки;
- б) пробу Ромберга;
- в) пальценосовую пробу;
- г) пяточноколенную пробу;
- д) рефлекс Бабинского. \*

33. Более точно изучить устойчивость тела в обычных и усложненных условиях можно с помощью

- а) электрокардиографии;
- б) стабิโลграфии; \*
- в) треморографии;
- г) поликардиографии.

34. Для исследования функционального состояния ЦНС в спортивной медицине используют:

- а) стабิโลграфию;
- б) электроэнцефалографию; \*
- в) электрокардиографию;
- г) поликардиографию.

35. У спортсменов в состоянии покоя отмечается

- а) преобладание тонуса симпатической нервной системы;
- б) преобладание тонуса парасимпатической нервной системы; \*
- в) одинаковый тонус симпатического и парасимпатического отдела вегетативной нервной системы.

36. В диагностике функционального состояния нервно-мышечного аппарата и его нарушений важная роль принадлежит:

- а) пробе Ашнера;
- б) кожно-сосудистой реакции;
- в) электромиографии; \*
- г) стабилотрии.

37. Методика, позволяющая регистрировать электрические биопотенциалы скелетных мышц называется

- а) поликардиография;
- б) электромиография; \*
- в) треморография;
- г) динамометрия.

38. Усложненная проба Ромберга предполагает:

- а) стояние при соединенных стопах и вытянутыми руками;
- б) отжимание от пола;
- б) стояние на одной ноге с касанием пятки другой;\*
- г) отжимание от пола «до упора».

39. Для оценки динамической координации используют:

- а) пробу Ромберга;
- б) пальценосовую пробу; \*
- в) электроэнцефалографию;
- г) электромиографию.

40. Альфа-, гамма-, дельта- и бета-ритм регистрируется при:

- а) электрокардиографии;
- б) электромиографии;
- в) электроэнцефалографии;
- г) стабилometрии.

41. Показателем адекватной реакции организма спортсмена на дозированную физическую нагрузку является все перечисленное, кроме

- а) увеличение пульсового давления;
- б) увеличение жизненной емкости легких;
- в) снижение систолического артериального давления; \*
- г) восстановление пульса и артериального давления за 3 мин после нагрузки.

42. Ведущим показателем функционального состояния организма является:

- а) сила;
- б) выносливость;
- в) гибкость;
- г) общая физическая работоспособность; \*
- д) ловкость.

43. Аускультация – это:

- а) осмотр тела;
- б) постукивание тела;
- в) выслушивание тела. \*

44. Время восстановления частоты сердечных сокращений и артериального давления до исходного после пробы Мартине составляет:

- а) до 2 мин; \*
- б) до 3 мин;
- в) до 4 мин;
- г) до 5 мин;
- д) до 7 мин.

45. Наиболее чувствительным показателем остроты слуха является:

- а) шепотная речь;
- б) аудиометрия; \*
- в) проба Яроцкого;
- г) проба Мартине.

46. Для исследования функционального состояния слухового анализатора используют пробы:

- а) коленно-пяточная проба;
- б) проба Летунова;
- в) проба Ашнера;
- г) аудиометрию. \*

47. Для исследования функционального состояния вегетативной нервной системы используют пробы:
- а) пальценовая ;
  - б) проба Ашнера; \*
  - в) проба Ромберга.
48. Простейшей пробой оценки функционального состояния вегетативной нервной системы является:
- а) электрокардиография;
  - б) проба Ашнера; \*
  - в) рентгенография.
49. Какие компоненты включает в себя функциональная проба П. Летунова?
- а) бег на месте; \*
  - б) прыжки в длину с места;
  - в) подтягивание;
  - г) задержка дыхания на вдохе.
50. Каким показателем является тест PWC170?
- а) выносливости;
  - б) общей работоспособности организма; \*
  - в) силы;
  - г) координации.
51. Гарвардский степ-тест используется для определения:
- а) выносливости;
  - б) работоспособности; \*
  - в) гибкости;
  - г) подвижности.
52. Когда проводится углубленное обследование здоровья спортсменов?
- а) при первичном обследовании в спортивную секцию; \*
  - б) в процессе реабилитации выявленной патологии;
  - в) в конце тренировочного цикла.
53. Сколько раз в год проводится этапное обследование?
- а) один раз в год; \*
  - б) два раза в год;
  - в) на основных этапах подготовки спортсменов.
54. Контингент спортсменов и физкультурников, подлежащий диспансеризации во врачебно-физкультурном диспансере, составляют:
- а) спортсмены сборных команд города, области по видам спорта; \*
  - б) учащиеся школ, вузов, отнесенные к спецгруппе для занятий физкультурой;
  - в) юные спортсмены детских дошкольных учреждений;
  - г) лица, занимающиеся в группах здоровья.
55. Основными направлениями работы врачебно-физкультурного диспансера являются:
- а) проведение антидопингового контроля у спортсменов;
  - б) организационно-методическая помощь лечебно-профилактическим учреждениям по вопросам спортивной медицины и ЛФК; \*
  - в) диспансерное наблюдение за больными с хроническими заболеваниями;

г) организация и проведение мероприятий по реабилитации больных с хроническими заболеваниями.

56. В содержание заключения врача по диспансерному наблюдению спортсменов входит:

- а) оценки здоровья и функционального состояния спортсменов;\*
- б) оценки степени тренированности;
- в) рекомендации лечебных мероприятий;
- г) рекомендации по режиму тренировочных нагрузок.

57. Задачами врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом являются:

- а) содействие физическому воспитанию населения;
- б) определение состояния здоровья и функционального состояния физкультурников и спортсменов;
- в) диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся, выявление ранних признаков физического перенапряжения;
- г) медицинское обеспечение всех спортивных мероприятий
- д) все перечисленное; \*

58. Врачебно-педагогические наблюдения это:

- а) санитарно-гигиенический контроль за местом проведения тренировок;
- б) ведение санитарно-просветительной работы среди спортсменов и тренеров;
- в) профилактика спортивного травматизма;
- г) оценка субъективных ощущений спортсмена;
- д) исследования, проводимые совместно врачом и тренером с целью оценки воздействия на организм физических нагрузок, установления уровня функциональной готовности и на основании этого совершенствования тренировочного процесса.\*

59. При наличии показаний к снижению физических нагрузок необходимо в первую очередь:

- а) уменьшить их интенсивность, сохраняя общий объем и количество занятий в неделю;
- б) уменьшить их объем в каждом занятии, сохраняя интенсивность и количество занятий в неделю;
- в) уменьшить количество занятий в неделю, объем нагрузок в каждом занятии и их интенсивность.\*

60. Задачами диспансеризации ведущих спортсменов являются:

- а) укрепление здоровья спортсменов;
- б) профилактика и выявление ранних признаков физического перенапряжения;\*
- в) содействие воспитательному процессу;
- г) управления тренировочным процессом.

Оценка тестов:

40% и меньше – неудовлетворительно

### **Темы письменных работ**

Данный вид работ для дисциплины не предусмотрен

### 7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

#### 7.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации

Семестр \_\_4\_\_

№ п/п	Вопросы к зачету
1.	Понятие о здоровье и болезни, причины болезни внешние и внутренние.
2.	Классификация функциональных проб в системе медицинского контроля за занимающимися физической культурой и спортом.
3.	Типы реакций сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку (на примере гипертонического типа реакции).
4.	Самоконтроль спортсмена (задачи, доступные показатели, функциональные пробы).
5.	Хроническое перенапряжение центральной нервной системы (перетренированность) у занимающихся физической культурой и спортом, характеристика основных синдромов перетренированности первого типа.
6.	Методы измерения и принципы оценки функциональных возможностей системы внешнего дыхания у занимающихся физической культурой и спортом на примере функциональных проб системы внешнего дыхания.
7.	Значение иммунитета в спортивной медицине.
8.	Хроническое перенапряжение сердечно-сосудистой системы у занимающихся физической культурой и спортом, причины, классификация, методы диагностики, профилактика.
9.	Хроническое перенапряжение мышц у занимающихся физической культурой и спортом, причины, стадии, прогноз, принципы лечения.
10.	Методы измерения и принципы оценки функциональных возможностей системы внешнего дыхания у занимающихся физической культурой и спортом на примере медико-биологических показателей системы внешнего дыхания.
11.	Хроническое перенапряжение сухожилий у занимающихся физической культурой и спортом, причины, стадии, прогноз, принципы лечения.
12.	Функциональные пробы и медико-биологические показатели в системе медицинского контроля за занимающимися физической культурой и спортом.
13.	Клинические методы обследования при допуске к занятиям физической культурой и спортом.
14.	Методы измерения и принципы оценки функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы у занимающихся физической культурой и спортом (на примере пробы Руффье, холодовой пробы).
15.	Острое перенапряжение сердца при занятиях физической культурой и спортом, причины, симптомы, доврачебная помощь, профилактика.
16.	Рентгенологические методы обследования при допуске к занятиям физической культурой и спортом: классификация, определение, на каком принципе основаны, диагностические возможности и ограничения.
17.	Неотложные состояния в практике спортивной медицины (обморок, виды, гипогликемическое состояние, гипогликемическая кома), причины, симптомы, доврачебная помощь.
18.	Неотложные состояния в практике спортивной медицины (утопление, классификация, особенности морской и пресной воды), причины, симптомы, доврачебная помощь.

№ п/п	Вопросы к зачету
19.	Медицинские особенности отбора в спортивные секции детей и подростков, анамнез.
20.	Особенности организации медицинского контроля за юными спортсменами.
21.	Неотложные состояния в практике спортивной медицины (внезапное прекращение кровообращения), причины, механизмы, симптомы, доврачебная помощь.
22.	Лабораторные методы обследования при допуске к занятиям физической культурой и спортом: классификация, определение, на каком принципе основаны, диагностические возможности и ограничения.
23.	Неотложные состояния в практике спортивной медицины (переохлаждение, отморожения), причины, симптомы, доврачебная помощь.
24.	Методы измерения и принципы оценки показателей общей физической работоспособности у занимающихся физической культурой и спортом, понятие о мощности, емкости, экономичности.
25.	Неотложные состояния в практике спортивной медицины (тепловые поражения, классификация), причины, симптомы, доврачебная помощь, профилактика.
26.	Принципы организации срочного и текущего контроля в скоростно-силовых видах спорта.
27.	Техника искусственной вентиляции легких и закрытого массажа сердца.
28.	Значение конституции в медицине.
29.	Острое повреждение позвоночника и спинного мозга у спортсменов, причины, симптомы, доврачебная помощь, профилактика.
30.	Типы реакций сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку (на примере дистонического типа реакции).
31.	Значение реактивности, резистентности в медицине.
32.	Типы реакций сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку (на примере гипотонического типа реакции).
33.	Периоды и исходы болезни.
34.	Острые черепно-мозговые травмы у спортсменов, классификация, причины, механизм, группы симптомов, доврачебная помощь, профилактика.
35.	Принципы организации медицинского контроля за физическим воспитанием детей дошкольного возраста (распределение на медицинские группы по состоянию здоровья, особенности обследования, тестирование общей физической работоспособности и функционального состояния ведущих органов и систем организма).
36.	Сотрясение головного мозга у спортсменов (механизм, симптомы, возможные осложнения, доврачебная помощь).

### 7.3.2. Критерии и нормы оценки

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
4	Зачет по накопительному рейтингу	«зачтено»	Теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, у него сформированы



Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
			необходимые компетенции, практические навыки работы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий выполнены с ошибками.

## 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 8.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС <sup>6</sup>
1.	Миллер Л. Л.	Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л. Л. Миллер. - Москва : Человек, 2015. - 183 с. - ISBN 978-5-906131-47-8.	учебное пособие	2019	ЭБС "IPRbooks"
2.	Власов, В.Н.	Врачебный контроль в адаптивной физической культуре. Практикум : учебное пособие / В.Н. Власов. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2019. — 172 с. — ISBN 978-5-8114-4500-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/125724">https://e.lanbook.com/book/125724</a> (дата обращения: 20.02.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	Практикум : учебное пособие	2019	ЭБС «Лань»
3.	Белова Л. В	Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л. В. Белова ; [сост. С. Н. Блудова]. - Ставрополь : СКФУ, 2016. - 149 с. учебное пособие ЭБС "IPRbooks"	[Электронный ресурс] : учеб. пособие	2016	ЭБС "IPRbooks"
4.	И.А. Мищенко.	Практические аспекты спортивной медицины : учебно-методическое пособие / составитель И.А. Мищенко. — Липецк : Липецкий ГПУ, 2017. — 94 с. —	учебно-методическое пособие	2017	ЭБС «Лань»

<sup>6</sup> Указывается количество экз. для печатных изданий, для электронных изданий – наименование ЭБС.

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС <sup>6</sup>
		Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/112003">https://e.lanbook.com/book/112003</a> (дата обращения: 26.02.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей.			
5	Белова Л.В.	Спортивная медицина [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Белова Л.В.— Электрон. текстовые данные.— Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2016.— 149 с.— Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/66109.html">http://www.iprbookshop.ru/66109.html</a> .— ЭБС «IPRbooks»	учебное пособие	2016	ЭБС «IPRbooks»
6.	Граевская Н.Д.	Спортивная медицина [Электронный ресурс]: учебное пособие. Курс лекций и практические занятия/ Граевская Н.Д., Долматова Т.И.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», Человек, 2018.— 712 с.— Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/77241.html">http://www.iprbookshop.ru/77241.html</a> .— ЭБС «IPRbooks»	учебное пособие. Курс лекций и практические занятия	2018	ЭБС «IPRbooks»

## 8.2. Дополнительная литература

<b>№ п/п</b>	<b>Авторы, составители</b>	<b>Заглавие (заголовок)</b>	<b>Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)</b>	<b>Год издания</b>	<b>Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС</b>
1.	Власов, В.Н.	Руководство к практическим занятиям по спортивной медицине: учеб.-метод. пособие для студентов по специальности 022300 «Физическая культура и спорт» /В.Н. Власов; ТГУ; Фак. физ. культуры и спорта; каф. "Адаптивная физ. культура". - ТГУ. – Тольятти: ТГУ, 2010. – 136с.	Учебно-методическое пособие	92	
	Макарова Г. А.	Спортивная медицина : учеб. для студ. вузов, осущ. образоват. деятельность по напр. 521900 "Физ. культура" и спец. 032101 - "Физ. культура и спорт" / Г. А. Макарова. - [4-е изд., стер.]. - Москва : Советский спорт, 2009. - 478 с. : ил. - Библиогр.: с. 412-413. - Крат. слов. мед. терминов.: с. 403-411. - Прил.: с. 414-478. - ISBN 978-5-9718-0419-2: 409-09	Учебник	2	
3	Михайлов С. С.	Спортивная биохимия : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осущ. образоват. деятельность по напр. 0321000 - "Физ. культура" / С. С. Михайлов. - [6-е изд., стер.] ; Гриф УМО. - Москва : Советский спорт, 2010. - 347 с. : ил. - Библиогр.: с. 338-339. - Слов.	Учебник	2	

<b>№ п/п</b>	<b>Авторы, составители</b>	<b>Заглавие (заголовок)</b>	<b>Тип (учебник, учебное пособие, учебно- методическое пособие, практикум, др.)</b>	<b>Год издания</b>	<b>Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС</b>
		терминов.: с. 321-337. - Прил.: с. 340-345. - ISBN 978-5-9718-0504-5: 318-18			

### 8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- Портал «Гуманитарное образование» [Электронный ресурс] <http://www.humanities.edu.ru/>
- Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс] <http://www.edu.ru/>
- Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» [Электронный ресурс] <http://school-collection.edu.ru/>

### 8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
	Программное обеспечение не предусмотрено	

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

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
1.	У-125 Лекционная аудитория	Стол ученический двухместный - 19 шт., стул ученический - 38 шт., стол преподавательский - 1 шт., стул преподавательский - 1 шт., доска аудиторная (меловая) – 1 шт.