

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»

УТВЕРЖДАЮ

Директор Таганрогского института
имени А.П. Чехова (филиала)
РГЭУ (РИНХ)

_____ Голобородько А.Ю.
« ____ » _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины
Спортивная медицина

направление 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
направленность (профиль) 44.03.05.37 Физическая культура и Дополнительное
образование (спортивная подготовка)

Для набора 2023 года

Квалификация
Бакалавр

КАФЕДРА физической культуры**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	9 (5.1)		Итого	
	10 2/6			
Неделя				
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	20	20	20	20
Практические	30	30	30	30
Итого ауд.	50	50	50	50
Контактная работа	50	50	50	50
Сам. работа	58	58	58	58
Часы на контроль	36	36	36	36
Итого	144	144	144	144

ОСНОВАНИЕ

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 29.08.2023 протокол № 1.

Программу составил(и): Доц., Хвалёбо Г.В. _____

Зав. кафедрой: Кибенко Е. И. _____

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	Ознакомить студентов с системой медицинского обеспечения
1.2	занимающихся физической культурой и спортом, направленной на оздоровление,
1.3	повышение работоспособности, предупреждение переутомлений, травм и заболеваний.

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

ПКО-4.1:	Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся
ПКО-4.2:	Применяет меры профилактики детского травматизма
ПКО-4.3:	Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе
ПКР-3.1:	Анализирует и оценивает различные подходы к построению образовательного процесса для решения профессиональных задач и самообразования
ПКР-3.2:	Использует различные средства и способы распространения положительного опыта организации образовательной деятельности, в том числе с применением ИКТ
ПКР-3.3:	Оценивает качество программных материалов в соответствие с современными теоретическими и методическими требованиями к их разработке и реализации, с учетом образовательных потребностей обучающихся
ПКР-3.4:	Владеет законодательной базой для разработки программно-методического обеспечения образовательного процесса, включая работу с обучающимися с особыми образовательными потребностями
ПКР-3.5:	Разрабатывает и реализует индивидуальные образовательные маршруты и индивидуальные программы развития с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:	<ul style="list-style-type: none"> - средства и методы профилактики травматизма и заболеваний; - теорию оказания первой доврачебной помощи при травмах и острых патологических заболеваниях при занятиях физической культурой и спортом; - организацию системы врачебно-педагогического контроля при занятиях физической культурой и спортом, с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - влияние физических упражнений на морфо-функциональное состояние спортсмена; - методики оценивания физического и функционального состояния организма занимающихся для обеспечения эффективности образовательного процесса; - организацию медицинского обеспечения спортивных соревнований; - основы здоровьесберегающих технологий; - различные средства и методы для разработки индивидуальных образовательных маршрутов;
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> - использовать средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся; - формировать осознанное использование средств физической культуры как фактора восстановления работоспособности, обеспечения активного долголетия, в том числе с применением ИКТ; - использовать знания нормативно-правовых документов и СанПиНов в педагогической тренерской, рекреационной, организационно-управленческой деятельности; - использовать принципы нормирования нагрузок при разработке программно-методического обеспечения образовательного процесса, проведения уроков физической культуры и тренировочных занятий в различных образовательных учреждениях; - оценивать физическое и функциональное состояние обучающихся, адекватно выбирать средства и методы для коррекции состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей; - проводить профилактику травматизма во время занятий физической культуры и спортом, соблюдая санитарно-гигиенических правил и норм;
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> - методиками определения физического и функционального состояния занимающихся физической культурой и спортом; - способами гигиенической оценки условий и организации проведения занятий по физической культуре, тренировок и соревнований; - методиками использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе; - системой представлений об основных закономерностях здоровьесбережения; основной терминологической и методологической базой дисциплин; - приемами оказания первой доврачебной помощи; применением теоретических знаний на практике.

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
-------------	---	----------------	-------	-------------	------------

	Раздел 1. Введение. Основы организации спортивной медицины в России. Предмет и задачи спортивной медицины				
1.1	Предмет и задачи спортивной медицины. Здоровье и болезнь в спорте. Краткий очерк истории развития спортивной медицины. Основы организации спортивной медицины в России. Медицинское обследование занимающихся физической культурой и спортом. Роль общей сети лечебно-профилактических учреждений в медицинском обеспечении физкультурников и спортсменов. Диспансерный метод наблюдения за спортсменами. /Лек/	9	2	ПКО-4.1 ПКР-3.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.2	Основы организации спортивной медицины в России. Медицинское обследование занимающихся физической культурой и спортом. Роль общей сети лечебно-профилактических учреждений в медицинском обеспечении физкультурников и спортсменов. Диспансерный метод наблюдения за спортсменами. /Пр/	9	2	ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКР-3.1 ПКР-3.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.3	Организация медицинского обеспечения на сборах, на соревнованиях различного уровня с учетом особенностей вида спорта. Учетная и отчетная документация по врачебному контролю спортсменов. Общий и медицинский анамнез. Допинги и антидопинговый контроль в спорте /Пр/	9	2	ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКР-3.1 ПКР-3.4	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.4	Основы общей патологии, понятие о здоровье, болезни и иммунной реактивности. Основные термины и понятия в медицине: здоровье, болезнь, этиология, патогенез, инфекция, эпидемиология, профилактика, реабилитация. Физические, химические, биологические, социальные причины заболеваний. Роль наследственности в развитии болезни. Понятие о дистрофии, атрофии, гипертрофии. Причины, вызывающие их механизм развития. Понятие аллергии, реактивности, иммунитета: механизм их развития, влияние на них физических упражнений. Регенерация тканей. Заживление ран. Восстановление структур нервной, мышечной, костной тканей после травм. /Лек/	9	2	ПКО-4.2 ПКО-4.3 ПКР-3.4	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.5	Выписать факторы естественной резистентности, раскрыть понятие группы риска. /Ср/	9	8	ПКО-4.2 ПКР-3.1 ПКР-3.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.6	Основы общей патологии. Оказание доврачебной помощи в экстремальных ситуациях. При внезапной остановке сердца, прекращении дыхания; травматическом шоке; кровотечениях и ранениях; травмах опорно-двигательного аппарата. При черепно-мозговых травмах, травмах глаз. Проведение реанимационных мероприятий. Иммунитет и способы его укрепления. Признаки инфекционных заболеваний. Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая доврачебная помощь при них. /Пр/	9	4	ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКР-3.2 ПКР-3.3 ПКР-3.4	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.7	сбор информации и подготовка реферата по теме "Острые повреждения ОДА у спортсменов". Отработка приемов оказания первой доврачебной помощи. /Ср/	9	6	ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 ПКР-3.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
	Раздел 2. Оценка физического и функционального состояния спортсменов				
2.1	Понятие физического развития и факторы его определяющие. Методы исследования физического развития. Соматоскопический метод. Типы телосложения. Понятие осанки. Оценка физического развития. Метод индексов, метод стандартов. /Лек/	9	4	ПКО-4.2 ПКР-3.1 ПКР-3.2 ПКР-3.4	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.2	Физическое развитие спортсменов. Методы исследования. /Пр/	9	4	ПКО-4.3 ПКР-3.1 ПКР-3.4	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.3	Провести соматоскопическое и соматометрическое обследование. Составить свой антропометрический профиль по результатам измерений и просчитать основные индексы. /Ср/	9	8	ПКР-3.1 ПКР-3.4 ПКР-3.5	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3

2.4	Общая характеристика функционального состояния спортсмена. методы исследования основных функциональных систем у спортсмена. Функциональные пробы. /Лек/	9	4	ПКО-4.2 ПКО-4.3 ПКР-3.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.5	Характеристика и методы исследования состояния функциональных систем организма у спортсменов. Понятие "спортивное сердце". Классификация функциональных проб. Оценка реакции. Определение физической работоспособности /Пр/	9	6	ПКО-4.3 ПКР-3.1 ПКР-3.3 ПКР-3.5	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.6	Выполнить расчеты функциональных показателей системы внешнего дыхания. /Ср/	9	8	ПКО-4.3 ПКР-3.5	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.7	Общие закономерности адаптации организма к физическим нагрузкам. Критерии оценки. Типы реакций ССС на физическую нагрузку. Критерии оценки. Обратимость адаптации к физическим нагрузкам. /Лек/	9	2	ПКО-4.2 ПКО-4.3 ПКР-3.5	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.8	Реакции кардио-респираторной системы спортсмена на физическую нагрузку. /Пр/	9	4	ПКО-4.2 ПКР-3.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.9	Провести простую и комбинированную пробу Летунова. Описать типы реакций ССС на физическую нагрузку. /Ср/	9	8	ПКО-4.2 ПКР-3.1 ПКР-3.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
Раздел 3. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой и спортом					
3.1	Содержание и методы врачебного контроля. Задачи и методы врачебных наблюдений за лицами, занимающимися физкультурой и спортом. Методы врачебно-педагогических наблюдений, Оценка воздействия физических нагрузок по субъективному состоянию, по визуальным признакам утомления. Врачебный контроль лиц различного возраста и пола, занимающихся физической культурой и спортом. Морфо-функциональные характеристики возрастных и половых особенностей физического развития. Организация врачебного контроля физического воспитания в школе; /Лек/	9	4	ПКО-4.2 ПКО-4.3 ПКР-3.1 ПКР-3.2 ПКР-3.3 ПКР-3.4 ПКР-3.5	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
3.2	Задачи и методы врачебных наблюдений за лицами, занимающимися физкультурой и спортом. Методы врачебно-педагогических наблюдений, Оценка воздействия физических нагрузок по субъективному состоянию, по визуальным признакам утомления. Врачебный контроль лиц различного возраста и пола, занимающихся физической культурой и спортом. Морфо-функциональные характеристики возрастных и половых особенностей физического развития. Организация врачебного контроля физического воспитания в школе. Сроки допуска к занятиям физической культурой и спортом детей и подростков и возрастные этапы спортивной подготовки. Принципы медицинского обеспечения спортивных соревнований. /Пр/	9	6	ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 ПКР-3.1 ПКР-3.2 ПКР-3.3 ПКР-3.4 ПКР-3.5	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
3.3	Разбор конкретных ситуаций, решение кейс-задач. /Ср/	9	10	ПКР-3.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3

3.4	Средства повышения спортивной работоспособности и ускорения восстановительных процессов. Восстановление после травм, заболеваний, перетренированности. Восстановление перед- и после соревнований. Средства восстановления. Педагогические: чередование нагрузок, восстановительные тренировки. Восстановительное питание. Физические средства восстановления: массаж, электростимуляция, водные процедуры, сауна, ванны, восстановление путем воздействия на биологически активные точки. Медикаментозные средства восстановления: витамины, анаболические препараты (негормональные мази, растирки); комплексные системы восстановления в различных видах спорта. Допинги и антидопинговый контроль в спорте. /Лек/	9	2	ПКО-4.2 ПКО-4.3 ПКР-3.1 ПКР-3.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
3.5	Неотложная помощь при острых патологических состояниях в спорте /Пр/	9	2	ПКО-4.1 ПКО-4.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
3.6	Доклады, тестовые задания. /Ср/	9	10	ПКР-3.2 ПКР-3.4	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
Раздел 4. Экзамен					
4.1	Экзамен /Экзамен/	9	36	ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 ПКР-3.1 ПКР-3.2 ПКР-3.3 ПКР-3.4 ПКР-3.5	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3

4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Структура и содержание фонда оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Миллер Л. Л.	Спортивная медицина: учебное пособие	Москва: Человек, 2015	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461419 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.2	Белова, Л. В.	Спортивная медицина: учебное пособие	Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2016	http://www.iprbookshop.ru/66109.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.3	Граевская, Н. Д., Долматова, Т. И.	Спортивная медицина: учебное пособие. курс лекций и практические занятия	Москва: Издательство «Спорт», Человек, 2018	http://www.iprbookshop.ru/77241.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

5.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
--	---------------------	----------	-------------------	----------

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Белова Л. В.	Спортивная медицина: учебное пособие	Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.2	Прокопьев Н. Я., Назмутдинова В. И.	Медико-педагогические подходы в оценке типов конституции человека: учебно-методическое пособие для самоподготовки студентов по дисциплинам «Анатомия человека», «Спортивная медицина» направления 49.03.01 «Физическая культура». Форма обучения - очная, заочная: учебно-методическое пособие	Тюмень: Тюменский государственный университет, 2017	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=571538 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.3	Караулова, Л. К., Расулов, М. М., Красноперова, Н. А.	Гигиена физической культуры и спортивная медицина: лабораторный практикум. учебно-методическое пособие	Москва: Московский городской педагогический университет, 2011	http://www.iprbookshop.ru/26464.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

5.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

5.4. Перечень программного обеспечения

Гарант (учебная версия)

Microsoft Office

5.5. Учебно-методические материалы для студентов с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости по заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья учебно-методические материалы предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации. Для лиц с нарушениями зрения: в форме аудиофайла; в печатной форме увеличенным шрифтом. Для лиц с нарушениями слуха: в форме электронного документа; в печатной форме. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в форме электронного документа; в печатной форме.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Учебная аудитория для проведения лекционных и практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

1.1 Показатели и критерии оценивания компетенций

ЗУН, составляющие компетенцию	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Средства оценивания
ПКР-3: Способен обеспечивать методическое сопровождение процесса достижения образовательных результатов с учетом индивидуальных особенностей обучающихся			
<p>Знать:</p> <p>средства и методы профилактики травматизма и заболеваний;</p> <p>теорию оказания первой доврачебной помощи при травмах и острых патологических заболеваниях при занятиях физической культурой и спортом;</p> <p>организацию системы врачебно-педагогического контроля при занятиях физической культурой и спортом, с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</p> <p>влияние физических упражнений на морфо-функциональное состояние спортсмена;</p> <p>методики оценивания физического и функционального состояния организма занимающихся для обеспечения эффективности образовательного процесса;</p>	<p>Осуществлять поиск и сбор необходимой информации, используя различные источники, умение аргументировать свою позицию при решении ситуационных задач</p>	<p>Студент четко аргументирует свой ответ, демонстрируя глубокие знания, подкрепляет их примером из практики.</p>	<p>УО – устный опрос</p> <p>СЗ – ситуационные задачи</p> <p>Р – реферат (Р 1-58)</p> <p>ЭБ – экзаменационные билеты (ЭБ 1-24)</p>
<p>Уметь:</p> <p>использовать средства и методы профилактики травматизма и заболеваний,</p> <p>организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста;</p> <p>использовать средства и методы профилактики травматизма и заболеваний,</p> <p>организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся;</p> <p>формировать осознанное использование средств</p>	<p>Выбирает средства, в соответствии с механизмами их воздействия, использует различные методы профилактики травматизма и решения поставленных задач</p>	<p>Правильность выбора средства методов в соответствии с механизмами их воздействия и аргументированность их использования</p>	<p>Пр – презентация</p> <p>Р – реферат (Р 1-58)</p> <p>ЭБ – экзаменационные билеты (ЭБ 1-24)</p>

физической культуры как фактора восстановления работоспособности, обеспечения активного долголетия, в том числе с применением ИКТ;			
Владеть: методиками определения функционального состояния занимающихся физической культурой и спортом; способами гигиенической оценки условий и организации проведения занятий по физической культуре, тренировок и соревнований;	Может организовать занятия физической культуры, составить комплекс корригирующих упражнений для различных групп населения; обеспечить необходимый уровень безопасности;	Обоснованность выбора методик для определенных целей;	Пр – презентация Р – реферат (Р 1-58) ЭБ – экзаменационные билеты (ЭБ 1-24)
ПКО-4: Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности			
Знать. методики оценивания физического и функционального состояния организма занимающихся для обеспечения эффективности образовательного процесса; организацию медицинского обеспечения спортивных соревнований; основы здоровьесберегающих технологий; различные средства и методы для разработки индивидуальных образовательных маршрутов;	Формулирует ответы на поставленные вопросы со знанием терминологии; знает, методику оказания первой медицинской помощи	Соответствие ответа, поставленному вопросу, его аргументированность; соответствие содержания работы выбранной теме реферата	УО – устный ответ Р – реферат (Р 1-58) Пр – презентация ЭБ – экзаменационные билеты (ЭБ 1-24)
Уметь: использовать знания нормативно-правовых документов и СанПиНов педагогической, тренерской, рекреационной, организационно-управленческой деятельности; использовать принципы нормирования нагрузок при разработке программно-методического	Анализировать и выбирать материал при подготовке рефератов по заданным темам; находить необходимую информацию в литературных источниках для решения ситуационных задач; правильно подобрать методики оказания первой мед. помощи с учетом показаний и противопоказаний и профилактики травматизма	Соответствие выбранного материала и литературных источников, поставленной проблеме; Целенаправленность поиска методик, соответствие с заболеванием	Пр – презентация ЭБ – экзаменационные билеты (ЭБ 1-24)

<p>обеспечения образовательного процесса, проведения уроков физической культуры и тренировочных занятий в различных образовательных учреждениях; проводить профилактику травматизма во время занятий физической культуры и спортом, соблюдая санитарно-гигиенических правил и норм;</p>			
<p>Владеть: методиками использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе; системой представлений об основных закономерностях здоровьесбережения; основной терминологической и методологической базой дисциплин; приемами оказания первой доврачебной помощи; применением теоретических знаний на практике.</p>	<p>Выбирает средства, в соответствии с механизмами их лечебного воздействия</p> <p>Правильно выбирает действия по оказанию первой доврачебной помощи</p>	<p>Правильность выбора упражнений св соответствии с механизмами их воздействия и этапом реабилитации</p> <p>Обоснованность выбора действий при оказании первой доврачебной помощи</p>	<p>Пр – презентация ЭБ – экзаменационные билеты(ЭБ 1-24)</p>

1.2. Шкалы оценивания:

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация осуществляется в рамках накопительной балльно-рейтинговой системы в 100-балльной шкале:

Экзамен:

- 84-100 баллов (оценка «отлично»)
- 67-83 баллов (оценка «хорошо»)
- 50-66 баллов (оценка «удовлетворительно»)
- 0-49 баллов (оценка «неудовлетворительно»)

Экзаменационные билеты

Билет № 1

1. Место спортивной медицины в системе подготовки высококвалифицированных специалистов по физической культуре и спорту.
2. Методы врачебно-педагогических наблюдений: непрерывного наблюдения, с дополнительной физической нагрузкой.

Билет № 2

1. Понятие «здоровье». Влияние физической культуры и спорта на здоровье. Понятие «болезнь». Болезнь как общая реакция организма.
2. Медицинское обследование лиц, занимающихся физкультурой и спортом. Первичные, повторные и дополнительные обследования.

Билет № 3

1. Роль социальных, климатогеографических, генетических факторов в возникновении, распространении и профилактике заболевания. Стадии и исходы болезней. Острые, подострые и хронические болезни и их профилактика.
2. Особенности врачебного контроля за детьми, подростками, юношами и девушками, занимающимися физической культурой и спортом.

Билет № 4

1. Этиология и патогенез. Экзогенные и эндогенные причины болезни.
2. Медицинские группы для занятий физической культурой. Сроки начала занятий различными видами спорта. Санитарно-гигиенический контроль над занятиями физкультурой и спортом.

Билет № 5

1. Понятия об общем и местных расстройствах кровообращения: гиперемия, стаз, ишемия, инфаркт, некроз, тромбоз и эмболия.
2. Допустимость тренировочных и соревновательных нагрузок в среднем и старших возрастах. Особенности врачебного контроля за лицами среднего и старших возрастов.

Билет № 6

1. Воспаление как универсальная реакция организма на повреждение. Признаки воспаления.
2. Комплекс медицинских обследований для допуска к занятиям физической культурой. Абсолютные и относительные противопоказания к занятиям физической культурой.

Билет № 7

1. Гипертрофия как компенсаторно-приспособительный процесс. Рабочая и компенсаторная гипертрофия. Гипертрофические процессы в организме спортсменов. Понятие об атрофии, виды. Гипертрофические, атрофические и дистрофические процессы у спортсменов.
2. Краткий анализ заболеваемости спортсменов. Влияние специфики вида спорта на развитие патологических процессов.

Билет № 8

1. Методы изучения телосложения и физического развития: соматоскопия, антропометрия.
2. Перетренированность. Сущность перетренированности. Причины, способствующие возникновению перетренированности. Общие рекомендации по проведению восстановительных мероприятий. Профилактика перетренированности.

Билет № 9

1. Понятие «физическое развитие». Факторы, влияющие на физическое развитие человека. Возрастная динамика физического развития человека. Связь между состоянием здоровья и физическим развитием.
2. Перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Диагностика, восстановление, профилактика.

Билет № 10

1. Влияние занятий различными видами спорта на показатели физического развития спортсменов. Соматоскопия. Понятие о телосложении и конституции человека.
2. Допинг в спорте. Запрещенный список. Антидопинговый контроль. Организация и проведение антидопингового контроля. Обязанности и права спортсменов. Санкции к спортсменам при обнаружении допинга.

Билет № 11

1. Основные методы оценки уровня физического развития: метод антропометрических стандартов, метод индексов.
2. Органные факторы, ограничивающие работоспособность спортсмена. Снижение сократительной способности миокарда: этиология, диагностика, коррекция.

Билет № 12

1. Функциональное состояние вегетативной нервной системы у спортсменов. Пробы для оценки функционального состояния вегетативной нервной системы (проба Ашнера, орто- и клиностатические пробы, исследование дермографизма, расчет индекса Кердо).
2. Органные факторы, ограничивающие работоспособность спортсмена. Система внешнего дыхания: этиология, диагностика, коррекция.

Билет № 13

1. Исследование функционального состояния нервно-мышечного аппарата у спортсменов (сила мышц, латентное время расслабления и напряжения, теппинг-тест).
2. Органные факторы, ограничивающие работоспособность спортсмена. Снижение функции печени: этиология, диагностика, коррекция.

Билет № 14

1. Методы исследования сердечно-сосудистой системы. Методы определения частоты сердечных сокращений, пульса (пальпаторный, аускультативный, инструментальный). Брадикардия, тахикардия. Методы определения артериального давления.
2. Травмы опорно-двигательного аппарата. Повреждения связок, ушибы, растяжения, разрывы мышц, сухожилий. Первая помощь и профилактика.

Билет № 15

1. Функциональные особенности сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Понятие о спортивном сердце. Объем сердца у спортсменов различных специализаций. Динамика изменений объема сердца в возрастном аспекте.
2. Переломы костей, подвывихи, вывихи суставов. Иммобилизация конечностей. Транспортировка пострадавших. Травматический шок и его профилактика. Первая помощь и профилактика

Билет № 16

1. Простейшие функциональные пробы: Штанге, Генчи, Розенталя, Шафрановского, Лебедева (методика проведения, оценка результатов).
2. Травмы нервной системы. Сотрясение, ушиб, сдавление головного мозга. Повреждения спинного мозга. Повреждения периферических нервов. Первая помощь и профилактика

Билет № 17

1. Влияние физической нагрузки на секреторную и моторную функцию желудочно-кишечного тракта.
2. Повреждения и заболевания глаз, ушей, носа и зубов у спортсменов, первая помощь и профилактика

Билет № 18

1. Влияние физической нагрузки на секреторную и моторную функцию желудочно-кишечного тракта.
2. Повреждения и заболевания глаз, ушей, носа и зубов у спортсменов, первая помощь и профилактика

Билет № 19

1. Влияние физической нагрузки на функциональное состояние эндокринной системы. Роль катехоламинов (адреналина, норадреналина в обеспечении адаптации к физической нагрузке).
2. Тепловой и солнечный удары. Первая помощь и профилактика.

Билет № 20

1. Функциональное состояние системы пищеварения, методы исследования. Болевой печеночный синдром у спортсменов.
2. Отморожение. Замерзание, стадии, клиническая картина, первая помощь.

Критерии оценивания:

Максимальное количество баллов – 100.

Экзаменационный билет содержит 2 вопроса.

Каждый вопрос оценивается отдельно, максимально в 50 баллов.

- оценка «отлично» (45 – 50 баллов) – выставляется, если студент понимает сущность вопроса, логично излагает материал, может привести примеры из практики или своего личного опыта;
- оценка «хорошо» (35 – 44 балла) – студент владеет знаниями и пониманием сущности вопроса, но допускает незначительные ошибки, может связать теорию с практической деятельностью, подкрепив примером;
- оценка «удовлетворительно» (26 – 34 балла) – студент может донести основную информацию, но с нарушением логики изложения, допускает существенные ошибки, из-за пробелов в знаниях; ему сложно аргументировать свой ответ и с трудом приводит примеры из практики;

– оценка неудовлетворительно» (0 – 25 баллов)– студент не знает излагаемый материал, искажает факты, не может привести примеры.

2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

ОПРОС

по разделу: Введение. Основы организации спортивной медицины в России. Предмет и задачи спортивной медицины

1. Цели и содержание спортивной медицины. Организация спортивной медицины.
2. Допинг и антидопинговый контроль. Контроль половой принадлежности.
3. Основные формы врачебного контроля. Роль преподавателя в организации врачебного контроля за занимающимися спортом и физической культурой.
4. Медицинское обеспечение соревнований. Обязанности главного судьи и врача в медицинском обеспечении.
5. Методика комплексного врачебного обследования. Задачи. Связь с этапами тренировки. Содержание.
6. Методы исследования сердечно-сосудистой системы. Краткая характеристика основных методов.
7. Первичное медицинское обследование. Задачи. Содержание.

Критерии оценивания:

Ответ на каждый вопрос оценивается в 10 баллов:

10 баллов – студент дает полный, развернутый ответ, приводит примеры из практики, активно участвует в дискуссии;

7 баллов – студент в целом дает ответ на вопрос, допуская незначительные ошибки, может связать теорию с практикой, активно участвует в дискуссии;

5 баллов – излагает основную информацию, но допускает существенные ошибки, но исправляется после наводящих вопросов, по степени готовности участвует в дискуссии;

2 балла – частично отвечает на вопрос, испытывает сложности в аргументации ответа и в приведении примера, пассивен.

ОПРОС

по разделу: Оценка физического и функционального состояния спортсменов

8. Определение физической работоспособности по данным пробы РWC170с использованием специфической нагрузки. Правила тестирования.
9. Дополнительное медицинское обследование. Задачи. Содержание. Медицинское заключение.
10. Особенности функционального состояния сердечно-сосудистой системы тренированного спортсмена.
11. Особенности врачебного контроля за женщинами, занимающимися физической культурой.
12. Гарвардский степ-тест. Методика проведения.
13. Общий и спортивный анамнез.
14. Гипоксемические пробы Штанге и Генчи. Методика проведения и оценки состояния функциональных систем.
15. Физическое развитие и опорно-двигательный аппарат спортсмена.
16. Переутомление. Причина и условия развития. Внешние признаки переутомления.
17. Оценка физического развития методом стандартов.
18. Самоконтроль спортсмена. Задачи. Форма. Субъективные и объективные показатели, характеристика и оценка.
19. Антропометрия как метод исследования. Методика измерения роста, веса, периметров и диаметров тела, ЖЕЛ, мышечной силы.
20. Медицинские средства восстановления работоспособности спортсмена.
21. Травма, понятие, классификация. Причины травм в спорте. Особенности спортивного травматизма.
22. Функциональная одномоментная проба с 20-ю приседаниями (Мартинэ- Кушелевского), методика проведения, запись результатов.
23. Общая характеристика функционального состояния аппарата внешнего дыхания у спортсменов.
24. Миозит острый, причины, механизм развития, признаки, лечение.
25. Дать характеристику нагрузкам (при тестировании) применяемым в функциональной диагностике спортсмена.

Критерии оценивания:

Ответ на каждый вопрос оценивается в 10 баллов:

10 баллов – студент дает полный, развернутый ответ, приводит примеры из практики, активно участвует в дискуссии;

7 баллов – студент в целом дает ответ на вопрос, допуская незначительные ошибки, может связать теорию с практикой, активно участвует в дискуссии;

5 баллов – излагает основную информацию, но допускает существенные ошибки, но исправляется после наводящих вопросов, по степени готовности участвует в дискуссии;

2 балла – частично отвечает на вопрос, испытывает сложности в аргументации ответа и в приведении примера, пассивен.

ОПРОС

по разделу: **Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой и спортом**

26. Основные показатели центральной гемодинамики.
27. Электрокардиографическое исследование спортсмена в покое.
28. Этиология, определение понятия. Внешние и внутренние причины болезней.
29. Патогенез. Патогенные факторы.
30. Гипертрофия: понятие, виды, причины возникновения. Явления гипертрофии в организме спортсмена и при заболеваниях у человека.
31. Роль гормонов в адаптации к мышечной деятельности.
32. Влияние тренировки на эндокринную систему.
33. Болезнь как общая реакция организма. Стадии и формы течения болезней. Исходы.
34. Организация тестирования с максимальными нагрузками и меры предосторожности.
35. Повреждение связок при занятиях спортом: механизм развития, признаки, оказание первой помощи, профилактика.
36. Возрастные особенности организма и врачебный контроль за лицами зрелого и пожилого возраста, занимающимися физической культурой.
37. Трехмоментная функциональная проба Летунова: методика проведения, запись результатов.
38. Восстановление организма спортсменов в процессе тренировок и соревнований. Перетренированность. Механизм развития, виды, стадии, признаки, двигательный режим и принципы лечения.
39. Предпатологические состояния и патологические изменения при нерациональных занятиях спортом.
40. Нокаут и нокдаун как закрытая черепно-мозговая травма, признаки, первая помощь, двигательный режим.
41. Предпатологические состояния и патологические изменения, развивающиеся вследствие хронического физического перенапряжения.
42. Физические средства восстановления работоспособности спортсмена.
43. Заболевания и травмы нервной системы у спортсменов.
44. Обморок. Механизм развития, симптомы, профилактика, первая помощь.
45. Заболевания периферической нервной системы у спортсменов.
46. Задачи и организация врачебно-педагогических наблюдений в процессе тренировочных занятий. Формы врачебно-педагогических наблюдений.
47. Повреждения и перенапряжения опорно-двигательного аппарата у спортсменов.
48. Медицинское обследование спортсмена, характеристика методов исследования.
49. Анамнез, его виды и значение.
50. Медицинское обеспечение массовой физкультурной работы.
51. Ортостатический коллапс. Механизм развития, симптомы, профилактика, первая помощь.

Критерии оценивания:

Ответ на каждый вопрос оценивается в 10 баллов:

- 10 баллов – студент дает полный, развернутый ответ, приводит примеры из практики, активно участвует в дискуссии;
- 7 баллов – студент в целом дает ответ на вопрос, допуская незначительные ошибки, может связать теорию с практикой, активно участвует в дискуссии;
- 5 баллов – излагает основную информацию, но допускает существенные ошибки, но исправляется после наводящих вопросов, по степени готовности участвует в дискуссии;
- 2 балла – частично отвечает на вопрос, испытывает сложности в аргументации ответа и в приведении примера, пассивен.

Тест

Из имеющегося банка тестов формируется тестовое задание, содержащие 10 тестов. Каждый тест содержит 4 ответа, один из которых верный.

1. Работа врача по лечебной физкультуре регламентируется всем, кроме а) инструкций Комитета по физкультуре и спорту б) положения о враче лечебной физкультуры Минздравмедпрома РФ в) распоряжений вышестоящих должностных лиц г) режима работы данного учреждения Правильный ответ: а
2. Норма нагрузки инструктора ЛФК при занятиях с детьми дошкольного возраста в детских учреждениях составляет а) 10-15 мин б) 15-20 мин в) 20-25 мин г) 25-30 мин Правильный ответ: г
3. Термин "спортивная медицина" включает а) метод определения функционального состояния спортсменов б) система медицинского обеспечения всех контингентов занимающихся физкультурой и спортом в) изучение состояния здоровья спортсменов и физкультурников г) все перечисленное Правильный ответ: г
4. Цель и задачи спортивной медицины включают все перечисленное, кроме а) специализированного лечения высококвалифицированных спортсменов б) содействия эффективности физического воспитания с целью укрепления здоровья и повышения трудоспособности

в) организации и проведения лечебно-профилактических и санитарно-гигиенических мероприятий при занятиях физкультурой и спортом

г) выявления ранних признаков заболеваний и повреждений, возникающих при нерациональных занятиях физкультурой и спортом

Правильный ответ: а

5. Для занятий физическим воспитанием 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
Правильный ответ: б
6. Контингент спортсменов и физкультурников, подлежащий диспансеризации во врачебно-физкультурном диспансере, составляют а) спортсмены сборных команд по видам спорта республик и городов б) учащиеся школ, вузов, отнесенные к спецгруппам для занятий физвоспитанием в) юные спортсмены, учащиеся спортшкол и ДСО г) правильно а) и в) Правильный ответ: г
7. Основными направлениями работы врачебно-физкультурного диспансера является все перечисленное, исключая а) проведение антидопингового контроля у спортсменов б) организационно-методическое руководство лечебно-профилактическими учреждениями по вопросам ВК и ЛФК в) диспансерное наблюдение занимающихся физкультурой и спортом г) организация и проведение мероприятий по реабилитации спортсменов после травм и заболеваний.
Правильный ответ: а
8. Диспансерное наблюдение спортсменов предусматривает все следующие виды обследования, кроме а) общее, специализированное, перед соревнованием б) основное, дополнительное, повторное в) первичное, текущее, дополнительное г) перед занятием спортом и ежегодно 1 раз в год Правильный ответ: а
9. В содержание заключения врача по диспансерному наблюдению спортсменов входит все перечисленное, кроме а) оценки здоровья и функционального состояния спортсменов б) оценки степени тренированности в) рекомендаций лечебно-профилактических мероприятий г) рекомендаций по режиму тренировочных нагрузок
Правильный ответ: б
10. Обязательный объем функционально-диагностических и лабораторных исследований при первичном обследовании спортсмена включает все перечисленное, кроме а) рентгеноскопии органов грудной клетки б) исследования кислотно-щелочного состояния крови в) электрокардиографии г) клинических анализов крови и мочи Правильный ответ: б
11. Врачебно-физкультурный диспансер имеет все следующие функции, кроме а) организационно-методического руководства лечебно-профилактическими учреждениями по территориальному принципу в вопросах ЛФК и врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом б) диспансерного наблюдения спортсменов в) осмотра всех занимающихся физкультурой и спортом г) консультаций населения по вопросам физкультуры
Правильный ответ: в
12. Профессиональные обязанности врача по спорту включает все перечисленное, кроме а) врачебного обследования занимающихся физкультурой и спортом б) диспансерного обслуживания прикрепленных контингентов в) организационно-методической работы в лечебно-профилактических учреждениях и спортивных организациях г) записи электрокардиограммы
Правильный ответ: г
13. Обязанности врача по спорту включают все перечисленное, кроме а) диагностики физического перенапряжения у спортсменов б) исследования физического развития у спортсменов и занимающихся физкультурой в) диагностики различных заболеваний у спортсменов г) выявления признаков отклонений у спортсменов в состоянии здоровья Правильный ответ: в
14. Нормы нагрузки врача по спорту за физкультурниками и спортсменами составляют а) при диспансерном углубленном обследовании - 30-50 мин б) при врачебном обследовании - 15-25 мин в) при прочих видах обращения спортсменов - 10 мин г) правильно а) и в)
Правильный ответ: г
15. Система организации врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом включает а) врачебный контроль за спортсменами проводят врачи-терапевты поликлиник б) врачебный контроль за физвоспитанием учащихся проводят врачи-педиатры поликлиник в) врачебный контроль за спортсменами проводят врачебно-физкультурные диспансеры и кабинеты контроля поликлиник г) правильно в) и г) Правильный ответ: г

16. 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) все перечисленное Правильный ответ: г
17. Задачи врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом включают все перечисленное, кроме а) врачебной консультации спортсменов и населения по вопросам физкультуры и спорта б) участия в санитарном надзоре за спортооружениями
в) лечения различных заболеваний у спортсменов
г) врачебно-педагогических наблюдений на тренировках Правильный ответ: в
18. Контингентам, занимающимся физвоспитанием спортом, подлежащим диспансеризации, относятся а) ведущие спортсмены
б) учащиеся школ, студенты
в) учащиеся детско-юношеских спортивных школ г) правильно а) и в)
Правильный ответ: г
19. Различают следующие медицинские группы учащихся для занятий физвоспитанием, исключая а) лица с физическими дефектами б) подготовительная
в) основная
г) специальная Правильный ответ: а
20. Врачебное заключение при диспансерном обследовании спортсмена включает а) оценку здоровья
б) функциональное состояние и физическую работоспособность организма в) оценку физического развития
г) все перечисленное Правильный ответ: г
21. Задачами диспансеризации ведущих спортсменов являются все перечисленное, кроме а) укрепления здоровья
б) профилактики и выявления ранних признаков физического перенапряжения
в) содействия повышению спортивного мастерства и работоспособности г) управления тренировочным процессом
Правильный ответ: г
22. К основным видам обследования спортсменов, подлежащих диспансеризации, относятся все перечисленное, кроме а) углубленных обследований в ВФД
б) текущих наблюдений на тренировках и соревнованиях в) этапных обследований годового тренировочного цикла г) профилактических осмотров
Правильный ответ: г
23. Объем диспансерного обследования спортсменов (обязательный) включает а) общий и спортивный анамнез
б) врачебный осмотр, исследование физического развития
в) проведение функциональных проб с физической нагрузкой г) все перечисленное
Правильный ответ: г
24. Требуют обязательного разрешения врача перед соревнованием все перечисленные виды спорта, кроме а) марафонского бега б) бокса
в) прыжков в воду
г) подводного спорта Правильный ответ: в
25. При гипертрофии сердца масса его у взрослого превышает а) 100 г
б) 200 г
в) 350 г
г) 600 г
Правильный ответ: в
26. Расширение сердца приводит а) к брадикардии
б) к тахикардии
в) к увеличению сердечного выброса г) правильно б) и в)
Правильный ответ: г
27. Увеличение массы желудочка сердца при гипертрофии обусловлено а) увеличением жировых отложений
б) увеличением количества мышечных волокон в) увеличением размеров каждого волокна
г) увеличением мышечной соединительной ткани Правильный ответ: в
28. Ударный объем левого желудочка составляет в среднем а) 40 мл
б) 50 мл
в) 70 мл
г) 100 мл Правильный ответ: в
29. У спортсменов при больших размерах тренированного сердца ударный объем может достигать а) 70 мл
б) 100 мл
в) 150 мл
+г) 200 мл Правильный ответ: г
30. Увеличение объема сердца у спортсменов обусловлено а) увеличением жировых отложений
б) гипертрофией миокарда
в) увеличением соединительной ткани г) правильно б) и г)

Правильный ответ: г

31. Наибольший перепад кровяного давления наблюдается а) в аорте
б) в артериолах в) в капиллярах г) в венах
Правильный ответ: б
32. Гидростатическое давление в нижних конечностях при переходе человека из горизонтального положения в вертикальное
а) понижается
+б) повышается в) не изменяется
г) в начале понизится, а затем повысится Правильный ответ: б
33. Основными системами организма, обеспечивающими мышечную работу спортсмена, являются все перечисленные, кроме
а) нервной
б) кардиореспираторной в) мышечной
г) кожной чувствительности Правильный ответ: г
34. Влияние физической тренировки на организм преимущественно проявляется а) через кожные рецепторы
б) через сухожильные рецепторы в) через мышечные рецепторы
г) через глазодвигательный нерв Правильный ответ: в
35. Влияние систематических физических тренировок на центральную нервную систему проявляется
а) повышением силы нервных процессов
б) улучшением подвижности нервных процессов
в) ускорением проведения нервно-мышечного возбуждения г) правильно все перечисленное
Правильный ответ: г
36. Влияние физических тренировок на мышечную систему проявляется всем перечисленным, кроме
а) повышения тонуса мышц б) гипертрофии мышц
в) образованием новых сухожилий
г) совершенствования координации движений Правильный ответ: в
37. Влияние физических тренировок на костную систему выражается всем перечисленным, кроме
а) упрочения кости
б) стимуляции роста костной ткани
в) улучшения подвижности в суставах г) роста межпозвонковых дисков Правильный ответ: г
38. Отрицательное влияние неадекватных физических нагрузок у спортсменов может проявиться всем перечисленным, кроме
а) развития сколиоза б) грыжи диска
в) дистрофии миокарда
г) онкологических заболеваний Правильный ответ: г
39. Систематическая мышечная тренировка повышает все перечисленное, кроме а) уровня ферментов и витаминов в организме
б) сопротивляемости организма к экстремальным воздействиям внешней и внутренней среды
в) содержания гликогена в печени г) работоспособности организма Правильный ответ: а
40. Ориентировочный диапазон частоты сердечных сокращений в 1 мин при физической нагрузке максимальной интенсивности составляет
а) 130-150 уд/мин
б) 150-170 уд/мин
в) 170-180 уд/мин
г) 200-220 уд/мин Правильный ответ: в

Критерии оценивания:

Максимальное количество – 15 баллов:

Из имеющегося банка тестов формируется тестовое задание, содержащее 10 тестовых вопросов. Правильный ответ на каждый вопрос оценивается в 1,5 балла.

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

1. Особенности телосложения и физического развития спортсменов избранной специализации.
2. Особенности функционального состояния нервной системы у спортсменов.
3. Функциональное состояние внешнего дыхания у спортсменов (показатели, методы их определения, динамика в макроцикле).
4. Особенности морфофункционального состояния сердечно-сосудистой системы.
5. Медицинский контроль за женщинами-спортсменками.
6. Врачебный контроль за юными спортсменами.
7. Самоконтроль в массовой физической культуре.
8. Современные методы медицинского контроля в практике спортивной медицины.
9. Физические средства в восстановлении и повышении работоспособности спортсмена.
10. Здоровье и физическое развитие спортсменов (на примере избранной специальности).

11. Координационная функция нервной системы и особенности ее функционального состояния у спортсменов.
12. Острое и хроническое перенапряжение у спортсменов.
13. Варикозная болезнь у спортсменов, причины развития, признаки, методы профилактики.
14. Антидопинговый контроль в спорте, группы допинговых препаратов, процедура проведения антидопингового контроля.
15. Фармакологические средства, ускоряющие восстановление и повышающие спортивную работоспособность, их краткая характеристика.
16. Современное представление о перетренированности спортсмена. Причины перетренированности, признаки, лечение, профилактика.
17. Наиболее частые причины внезапных смертей в спорте.
18. Понятие об утомлении и переутомлении. Общее представление о предпатологических состояниях. Роль тренера в предупреждении предпатологических состояний.
19. Общая характеристика острых патологических состояний у спортсменов. Наиболее частые причины их развития. Роль тренера в профилактике острых патологических состояний.
20. Очаги хронической инфекции. Влияние на функциональное состояние спортсмена, физическую работоспособность и спортивный результат.
21. Общая характеристика заболеваемости среди спортсменов. Влияние специфики спорта на характер заболеваемости спортсменов. Особенности течения заболеваний у спортсменов.
22. Понятие о тепловом и солнечном ударах, механизмы развития, основные признаки, оказание первой медицинской помощи, профилактика.
23. Вывихи суставов, виды вывихов, признаки повреждения, оказание первой медицинской помощи.
24. Повреждения и заболевания позвоночника у спортсменов (компрессионный перелом, остеохондроз, спондилез), основные признаки, первая медицинская помощь, профилактика.
25. Общая характеристика открытых повреждений у спортсменов, первая медицинская помощь.
26. Общая характеристика закрытых повреждений у спортсменов, первая медицинская помощь.
27. Повреждение коленного сустава. Наиболее характерные признаки повреждений, первая медицинская помощь, профилактика.
28. Повреждения костей и надкостницы у спортсменов, признаки повреждений, первая медицинская помощь.
29. Повреждения и заболевания мышц у спортсменов, характерные признаки, первая медицинская помощь, профилактика.
30. Кровотечения, виды кровотечений, способы остановки различных видов кровотечений.

Критерии оценивания:

Максимальный балл – 15.

15 баллов – выставляется студенту, если актуальность проблемы исследования обоснована анализом состояния действительности. Тема сформулирована конкретно, отражает направленность работы. Сформулированы цель и задачи работы. Содержание, как целой работы, так и ее частей связано с темой работы. В каждой части (главе) присутствует обоснование, почему эта часть рассматривается в рамках данной темы. После каждой главы автор работы делает самостоятельные выводы. Автор достаточно уверенно отвечает на поставленные вопросы. Реферат сдан с соблюдением всех сроков.

10 баллов – выставляется студенту, если автор обосновывает актуальность исследования в целом, а не собственной темы. Сформулированы цель и задачи работы. Содержание, как целой работы, так и ее частей связано с темой работы, имеются небольшие отклонения. Логика изложения, в общем и целом, присутствует. После каждой главы автор работы делает выводы. Выводы порой слишком расплывчаты, иногда не связаны с содержанием главы. Автор не всегда обоснованно и конкретно выражает свое мнение по поводу основных аспектов содержания работы. Есть некоторые недочеты в оформлении работы, в оформлении ссылок. Автор достаточно уверенно отвечает на поставленные вопросы, но допускает незначительные неточности при ответах. Реферат сдан в срок (либо с опозданием на 2-3 дня).

5 баллов – выставляется студенту, если актуальность его темы либо вообще не сформулирована или сформулирована в самых общих чертах (не обоснована со ссылками на источники). Не четко сформулированы цель, задачи исследования. Содержание и тема работы не всегда согласуются между собой. Некоторые части реферата не связаны с целью и задачами работы. Самостоятельные выводы либо отсутствуют, либо присутствуют только формально. Автор недостаточно хорошо ориентируется в тематике, путается в изложении содержания. Слишком большие отрывки (более двух абзацев) переписаны из источников. Автор, в целом, владеет содержанием работы, но при этом затрудняется в ответах на вопросы. Допускает неточности и ошибки, слабо ориентируется в тех понятиях и терминах, которые использует в своей работе. Реферат сдан с опозданием (более 3-х дней задержки).

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

Решить любую ситуационную задачу на выбор

Студентам при решении задач необходимо дать ответ на вопрос задачи и объяснить ход ее решения подробно, последовательно, с теоретическими обоснованиями (в т.ч. из лекционного курса), и дать ответы на дополнительные вопросы верные и четкие.

Задача № 1.

Спортсмен-футболист жалуется на тошноту, ощущение тяжести в верхних отделах живота, отрыжку. Со слов пострадавшего, съеденная 3 ч. назад пища могла быть недоброкачественной. Перечислите мероприятия первой доврачебной помощи.

Задача № 2.

В результате падения у футболиста возникли ранения руки и ноги. При осмотре: на плече рана размером 2x4 см. с ровными краями, загрязнена землей, из раны умеренное кровотечение. На голени поверхностная рана 1x3 см.

Перечислите мероприятия первой доврачебной медицинской помощи.

Задача № 3.

В результате неосторожного обращения с оружием стрелок получил огнестрельное ранение стопы. При осмотре: на тыльной поверхности стопы дефект тканей размером 1,0-1,5 см., резкая отечность стопы, из раны венозное кровотечение. Перечислите мероприятия первой доврачебной медицинской помощи.

Задача № 4.

В результате автомобильной аварии спортсмен получил рану волосистой части головы. При осмотре: в теменной области слева рана размером 3x5 см., обильное кровотечение. Перечислите мероприятия первой доврачебной медицинской помощи. Какую повязку целесообразно наложить пострадавшему?

Задача № 5.

Во время игры в футбол спортсмен получил рану локтевого сустава. При осмотре: на задней поверхности правого локтевого сустава рана размером 3x2 см., поверхностная, слегка кровоточащая. Перечислите мероприятия первой доврачебной медицинской помощи.

Задача № 6.

Фигуристка во время тренировок подвернула стопу, возникла сильная боль. При осмотре: припухлость в области голеностопного сустава, умеренная болезненность при пальпации. Толчкообразная нагрузка на область пятки болезненна. Какое повреждение можно предположить?

Перечислите объем оказания первой доврачебной помощи.

Задача № 7.

Во время спортивных соревнований молодой человек получил травму коленного сустава. При осмотре: припухлость, болезненность в области коленного сустава.

Перечислите объем первой помощи. Какую повязку нужно наложить пострадавшему?

Задача № 8.

В травмпункт обратился спортсмен, у которого сбилась ранее наложенная повязка Дезо. Перечислите правила наложения повязки Дезо.

Задача № 9.

Спортсмен получил рану локтевого сгиба упавшим разбитым стеклом. Отмечается обильное кровотечение, цвет крови алый. Какой вид кровотечения у пострадавшего? Перечислите мероприятия первой доврачебной медицинской помощи.

Задача № 10.

У спортсмена-волейболиста резаная рана наружной поверхности голени. Повязка умеренно пропитана кровью, голень и стопа обычного цвета, теплые.

Назовите вид кровотечения. Укажите объем первой доврачебной медицинской помощи.

Задача № 11.

Женщина – спортсменка получила ожог предплечья паром. При осмотре резко покраснение кожи предплечья, в области лучезапястного сустава – несколько пузырей с прозрачным содержанием.

Укажите степень ожога. Назовите мероприятия первой доврачебной помощи.

Задача № 12.

Во время лыжной прогулки у спортсмена на щеке появилось белое пятно. Прикосновение пальцев не ощущает.

Какая первая доврачебная медицинская помощь должна быть оказана пострадавшему?

Задача № 13.

Альпинист длительное время находился на улице в тесной обуви при температуре 10-15 С. После соревнования возникли сильные боли в стопах. Стопы багрово-синюшного цвета, отечны. Отек распространяется на голени. На тыльной поверхности стоп имеются пузыри с прозрачным содержимым. Чувствительность кожи пальцев отсутствует.

Перечислите мероприятия доврачебной медицинской помощи.

Задача № 14.

Во время игры в волейбол при столкновении с соперником молодой человек получил травму. При осмотре: на правом бедре – кровоподтек, окружность правого бедра на 2 см больше, чем левого. Осевая нагрузка на пятку болезненна. Какой вид повреждения можно предположить? Перечислите мероприятия первой доврачебной помощи.

Задача № 15.

Боксер во время тренировок упал навзничь, ударился затылком. Отмечает кратковременную потерю сознания, однократную рвоту. Жалуется на головную боль, головокружение, тошноту. При осмотре: большой вялый, на вопросы отвечает с трудом. Кожные покровы бледные. Пульс 68 ударов в минуту, ритмичный. В затылочной области подкожное кровоизлияние, резкая болезненность при пальпации.

Перечислите мероприятия первой доврачебной помощи.

Задача № 16.

Гимнаст во время тренировок упал с высоты 1,5 м., ударившись о рядом стоящее спортивное сооружение правой половиной грудной клетки. Жалуется на боли в грудной клетке, усиливающиеся при глубоком дыхании, кашле.

При осмотре: кожные покровы обычной окраски. Число дыханий – 18 в минуту. Заметно отставание правой половины грудной клетки при дыхании. При пальпации – резкая болезненность по ходу нижних ребер слева, которая усиливается при кашле.

Какой вид повреждений у больного? Перечислите объем первой доврачебной помощи.

Задача № 17.

Велосипедист упал, ударившись грудной клеткой о твердый предмет. Жалуется нарастающие боли в левой половине грудной клетки. При осмотре: состояние удовлетворительное, кожные покровы обычной окраски. Число дыханий 18 в минуту, левая половина грудной клетки несколько отстает при дыхании. При глубоком дыхании боль остается такой же.

Какое повреждение у больного? Какую первую доврачебную помощь нужно ему оказать?

Задача № 18.

При спуске с горы на лыжах женщина упала, возникли резкие боли в области голени, усиливающиеся при изменении положения. Встать на ногу не может. При осмотре: стопа неестественно вывернута наружу. Кожные покровы не нарушены.

Каков характер повреждения и какая необходима первая помощь?

Задача № 19.

Юный турист, споткнувшись, упал на руки, возникла резкая боль в области лучезапястного сустава, усиливающаяся при любом движении кисти. Резко изменилась конфигурация сустава и лучевой кости. Какое повреждение можно предположить у пострадавшего?

Перечислите объем первой доврачебной помощи.

Задача № 20.

Во время тренировок тяжелоатлет упал на отведенную руку: возникли резкая болезненность, невозможность движений в плечевом суставе. Какое повреждение можно заподозрить у пострадавшего?

Перечислите мероприятия первой доврачебной помощи?

Задача № 21.

Гимнастка во время тренировок оступилась, почувствовала боли в голеностопном суставе. При осмотре: в области голеностопного сустава отечность, резкая болезненность при пальпации. Движения резко ограничены из-за болей. Поколачивание по пятке вызывает усиление болей в голеностопном суставе. Какое повреждение можно заподозрить у больного?

Перечислите мероприятия первой доврачебной помощи.

Задача № 22.

На улице обнаружен человек без признаков жизни: сознание отсутствует, движения грудной клетки не видны, пульс на сонной артерии отсутствует.

Как надо действовать в подобной ситуации?

Задача № 23.

Из воды извлечен пловец без признаков жизни.

Назовите объем и очередность мероприятий первой доврачебной помощи.

Задача № 24.

Перед соревнованием легкоатлет вместо углеводно-минерального напитка выпил неизвестную жидкость, после чего почувствовал резкую боль во рту, за грудиной и в животе. При осмотре: беспокоен, мечется от боли, была повторная рвота с примесью крови. На слизистых оболочках рта, языке видны грубый налет и струп желтовато-зеленого цвета. Чем отравился пациент?

Перечислите мероприятия первой доврачебной помощи.

Задача № 25.

Спортсмен укусила змея в область голени.

Перечислите мероприятия первой доврачебной помощи.

Критерии оценивания.

Максимальный балл – 40.

Студент решает четыре задачи, каждая задача оценивается в 10 баллов.

Критерий оценивания для одной задачи:

10 баллов – ответ на вопрос задачи дан правильный. Объяснение хода ее решения подробное, последовательное, грамотное, с теоретическими обоснованиями (в т.ч. из лекционного курса).

7 Баллов – ответ на вопрос задачи дан правильный. Объяснение хода ее решения подробное, но недостаточно логичное, с единичными ошибками в деталях, некоторыми затруднениями в теоретическом обосновании (в т.ч. из лекционного материала).

5 баллов – ответ на вопрос задачи дан правильный. Объяснение хода ее решения недостаточно полное, непоследовательное, с ошибками, слабым теоретическим обоснованием (в т.ч. лекционным материалом), со значительными затруднениями и ошибками, ответы на дополнительные вопросы недостаточно четкие, с ошибками в деталях.

2 балла – ответ на вопрос задачи дан частично правильный. Объяснение хода ее решения дано неполное, непоследовательное, с грубыми ошибками, без теоретического обоснования (в т.ч. лекционным материалом), с большим количеством ошибок, ответы на дополнительные вопросы неправильные или отсутствуют.

3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедуры оценивания включают в себя текущий контроль и промежуточную аттестацию.

Текущий контроль успеваемости проводится с использованием оценочных средств, представленных в п. 2 данного приложения. Результаты текущего контроля доводятся до сведения студентов до промежуточной аттестации.

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

Экзамен проводится по расписанию экзаменационной сессии в устном виде. Количество вопросов в экзаменационном задании – 2. Проверка ответов и объявление результатов производится в день экзамена. Результаты аттестации заносятся в экзаменационную ведомость и зачетную книжку студента. Студенты, не прошедшие промежуточную аттестацию по графику сессии, должны ликвидировать задолженность в установленном порядке.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебным планом по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки) предусмотрены следующие виды занятий:

- лекции;
- практические занятия;

В ходе лекционных занятий рассматриваются необходимый объем знаний, навыков, умений в сфере формирования у студентов систематизированных знаний в области безопасности жизнедеятельности человека и защиты человека от негативных факторов чрезвычайных ситуаций. Даются рекомендации для самостоятельной работы и подготовке к практическим занятиям.

В ходе практических занятий углубляются и закрепляются знания студентов по ряду рассмотренных на лекциях вопросов, систематизируются знания студентов в области применения в профессиональной деятельности методик сохранения и укрепления здоровья учащихся; формирования мотивации здорового образа жизни, предупреждения вредных привычек.

При подготовке к практическим занятиям каждый студент должен:

- изучить рекомендованную учебную литературу;
- изучить конспекты лекций;
- подготовить ответы на все вопросы по изучаемой теме;
- письменно решить домашнее задание, рекомендованные преподавателем при изучении каждой темы.

По согласованию с преподавателем студент может подготовить реферат, доклад или сообщение по теме занятия. В процессе подготовки к практическим занятиям студенты могут воспользоваться консультациями преподавателя.

1. Правила-требования для студентов при проведении аудиторной работы:

- посещать лекционные и практические занятия;
- записываться на каждом занятии в список посещения занятий;
- не опаздывать на занятия;
- отключать сотовый телефон;
- исключить действия, не связанные с занятием
- поддерживать дисциплину;
- записывать в конспект занятий материал и другую информацию при упоминании об этом лектора;
- проявлять и поддерживать инициативу на занятиях;
- при необходимости выступить с кратким докладом.

2. Правила совместной деятельности студентов академической группы.

Практическим (семинарским) занятиям должно предшествовать изучение студентами теоретических положений по учебной литературе.

Студентам необходимо заранее ознакомиться со списком вопросов и заданий по конкретным темам семинарских занятий; распечатать необходимые материалы и провести их предварительный анализ.

3. Студенты в процессе изучения дисциплины и после ее завершения помимо усвоения необходимого материала курса должны демонстрировать:

- 1) способность применять полученные знания;
- 2) способность идентифицировать, формулировать и решать поставленные проблемы;
- 3) способность использовать навыки, методы, оборудование и технологии для решения проблем обеспечения безопасности жизнедеятельности как личной, так и лиц. за здоровье и сохранность жизни которых они несут ответственность;
- 4) способность разрабатывать и проводить эксперименты, анализировать и объяснять полученные данные и результаты;
- 5) понимание профессиональной и этической ответственности;
- 6) знание современных проблем обеспечения безопасности жизнедеятельности человека и человечества в целом;
- 7) способность работать в командах;
- 8) способность результативного общения;

- 9) понимание необходимости и стремления общаться в течение всей жизни;
- 10) формирование достаточно широкого образования, необходимого для понимания влияния профессиональных проблем и их решений на общество.

При реализации различных видов учебной работы используются разнообразные (в т.ч. интерактивные) методы обучения, в частности: интерактивная доска для подготовки и проведения лекционных и семинарских занятий. Также обучающиеся могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки или воспользоваться читальными залами вуза. На практических занятиях студенты овладевают первоначальными умениями и навыками, которые будут использовать в профессиональной деятельности и жизненных ситуациях. Наряду с формированием умений и навыков в процессе практических занятий обобщаются, систематизируются, углубляются и конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность и готовность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

Самостоятельная работа студентов является видом занятий организованной и внеаудиторной деятельности студентов и предусматривает:

- а) подготовку студентов к практическим занятиям;
- б) дополнительное изучение и осмысливание лекционного материала и результатов практических занятий.

При подготовке к практическим занятиям (семинарам) студент готовит конспект или тезисы доклада по вопросам и литературе, рекомендуемой преподавателем.

Цель выполнения реферативной работы – самостоятельное глубокое изучение и анализ конкретных вопросов, получение навыков библиографического поиска, аналитической работы с литературой, письменного оформления текста. Реферат готовится самостоятельно, плагиат недопустим. Реферат выполняется по одной из предложенных тем по выбору обучающегося. Обучающейся может предложить свою тему, обосновав ее целесообразность.

Пояснения к оформлению работы:

Реферат должен быть набран на листах формата А4, на компьютере, ориентируясь на следующие параметры: шрифт 14, межстрочный интервал 1,5, поля: слева — 3 см, справа — 1,5 см, верхние и нижние — по 2 см, выравнивание по ширине, абзац — 1,25 см.

Структура реферата.

- 1) титульный лист;
- 2) содержание;
- 3) введение;
- 4) основную часть;
- 5) заключение;
- 6) список использованной литературы.

Оптимальный объем 15-20 страниц печатного текста.

Доклад на занятиях должен состоять из содержательной части, его анализа и вывода. Время доклада не более 5 минут. Студент имеет право пользоваться подготовленным конспектом, но не читать его полностью. К каждому вопросу семинара студент готовит вопросы, раскрытие которых позволит передать его содержание. Подготовленные вопросы могут быть использованы с целью опроса студентов, слушающих доклад или как вариант проверки подготовки студента к занятию.

На занятиях также студенты решают ситуационные задачи. Каждая задача должна быть подробно разобрана, ответ обоснован, для развернутого ответа необходимо давать ссылки на нормативные источники, СНиП, ГОСТ в области изучаемых вопросов, освещенных в задачах.

На экзамен студент должен явиться с зачетной книжкой, которую предъявляет в начале экзамена преподавателю, а также с ручкой и листом бумаги для письменного ответа. Опрос может происходить как в устной, так и в письменной форме.