

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e03481b79172885da5b1091f5c09e2

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ
(МГОУ)

Факультет физической культуры
Кафедра оздоровительной и адаптивной физической культуры

Согласовано управлением организации
и контроля качества образовательной
деятельности

« 10 » 06 2020 г
Начальник управления 
/М.А. Миненкова/

Одобрено учебно-методическим советом

Протокол « 10 » 06 2020 г. № 11
Председатель 
/И.Е. Суслин/



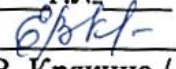
Рабочая программа дисциплины
Спортивная медицина

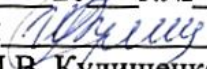
Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование

Профиль:
Физическая культура и дополнительное образование

Квалификация
Бакалавр

Форма обучения
Очная

Согласовано учебно-методической
комиссией факультета физической культуры:
Протокол « 10 » 06 2020 г. № 
Председатель УМКом 
/ Е.В. Крякина /

Рекомендовано кафедрой
оздоровительной и адаптивной
физической культуры
Протокол « 10 » 06 2020 г. № 11
И.о. зав. кафедрой 
/ И.В. Кулишенко /

Мытищи
2020

Автор-составитель:

Дубровская А.М. ст.пр. кафедры оздоровительной и адаптивной физической культуры МГОУ

Рабочая программа дисциплины "Спортивная медицина" составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование», утверждённого приказом МИНОБРНАУКИ России от 22.02.2018 г. № 121.

Год начала подготовки 2020

СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты обучения.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
3. Объем и содержание дисциплины.....	4
4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся.....	7
5. Фонд оценочных средств, для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине.....	8
6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины.....	20
7. Методические указания по освоению дисциплины.....	21
8. Информационные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	21
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	21

1. Планируемые результаты обучения

1.1. Цель и задачи освоения студентом учебной дисциплины: обеспечить высокую профессиональную готовность выпускника к его успешной самореализации в будущей профессиональной деятельности. В том числе, - в деятельности, направленной на максимально возможное сохранение и повышение здоровья спортсменов, формирование у них высокой функциональной готовности к физическим нагрузкам в процессе спортивной деятельности.

Задачи учебной дисциплины:

- сформировать у студентов систему научных представлений о медико-биологическом сопровождении системы многолетней подготовки высококвалифицированного спортсмена;
- сформировать у студента достаточные навыки изучения функциональной готовности спортсмена к физическим нагрузкам в процессе его спортивной деятельности (с учетом его спортивной специализации, квалификации, возраста, пола и этапа многолетней подготовки);
- сформировать у студентов умения творческого использования полученных им, в ходе изучения дисциплины, теоретические знания, навыков при разработке и реализации инновационных педагогических технологий повышения функциональной готовности спортсмена к физическим нагрузкам в процессе его спортивной деятельности;
- сформировать у студента достаточные знания научных и организационно-методических основ врачебно-педагогического контроля в ходе спортивной деятельности спортсмена;
- сформировать у студентов умения разработки и реализации инновационных технологий восстановления общей и специальной спортивной работоспособности у спортсменов (с учетом их спортивной специализации, возраста, пола и этапа многолетней подготовки) ходе их спортивной деятельности;
- сформировать у студентов системные знания об этиологии и патогенезе наиболее распространенных форм нарушения здоровья у спортсмена и их профилактике;
- сформировать у студентов умения профилактики спортивного травматизма в ходе спортивной деятельности спортсменов (с учетом спортивной специализации, возраста, пола и этапа многолетней подготовки спортсменов).

1.2. Планируемые результаты обучения

В результате освоения данной дисциплины у обучающихся формируются следующие компетенции:

ДПК-1 Способен осуществлять профессиональную деятельность, направленную на достижение образовательных результатов обучающихся в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.

ДПК-8 Готов к разработке (совместно с другими специалистами) и реализации совместно с родителями (законными представителями) программ индивидуального развития ребенка.

2. Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы

Данная учебная дисциплина относится к вариативному компоненту дисциплин УП. Учебные дисциплины, необходимые для успешного освоения данной учебной дисциплины, как предшествующие: «Динамическая анатомия», «Физиология спорта», «Биохимия человека», «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности», «Теория спорта»

3. Объем и содержание учебной дисциплины

3.1. Объем дисциплины

Показатель объема дисциплины	Форма обучения
	Очная
Объем дисциплины, зачетных единиц	3
Объем дисциплины, час	108
Контактная работа	46,3

Лекции, час	12
Практические занятия	12
Лабораторные работы	20
Контактное время на промежуточную аттестацию	2,3
Консультация	2
Экзамен	0,3
Самостоятельная работа, час	52
Контроль	9,7

Форма контроля и промежуточной аттестации: Экзамен в 8 семестре.

3.2. Содержание учебной дисциплины

Наименование разделов дисциплины с кратким содержанием	Объем, час		
	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия
Раздел 1. Учение о физическом развитии: Современные представления о физическом развитии. Генотип, фенотип, телосложение спортсмена. Понятие о конституции, классификация и характеристика конституциональных типов.	2	4	-
Раздел 2. Физическая работоспособность и функциональная готовность спортсменов: Общая и специальная физическая работоспособность спортсменов. Максимальные тесты определения физической работоспособности. Субмаксимальный тест оценки физической работоспособности. Протоколы изучения и оценки специальной физической работоспособности спортсменов.	2	6	2
Раздел 3. Медико-педагогическое сопровождение тренировочных занятий и соревнований: Врачебно-педагогическое наблюдение. Самоконтроль спортсмена в процессе спортивной деятельности. Медицинское обеспечение соревнований. Медицинское обеспечение учебно-тренировочных сборов.	2		
Раздел 4. Медико-педагогическое сопровождение спортивной деятельности юных спортсменов: Медицинский отбор и ориентация новичков к занятиям спортом. Возраст допуска к занятиям различными видами спорта. Нормирование числа соревнований в годичном цикле подготовки для юных спортсменов разного возраста и квалификации.	2	6	2
Раздел 5. Восстановление спортивной работоспособности: Научно-методические основы восстановления в спорте. Средства восстановления. Общие принципы применения восстановительных средств.	2		2
Раздел 6. Основы общей и спортивной патологии: Учение о здоровье и болезни. Учение об этиологии и патогенезе.	2	4	2

Этиология и патогенез основных заболеваний у спортсменов.			
Раздел 7. Спортивный травматизм и его профилактика. Основы первой доврачебной помощи: Этиология и патогенез, профилактика спортивного травматизма. Основные виды острых патологических состояний. Первая доврачебная помощь при острых патологических состояниях. Первая доврачебная помощь при различных травмах.			2
ВСЕГО	12	20	12

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Организация самостоятельной работы студентов очной формы

Название темы	Вопросы для самостоятельной работы студентов	Виды работ	Количество часов	Методическое обеспечение	Форма отчетности
Учение о физическом развитии	Методы исследования физического развития. Определение активной массы тела. Методы оценки физического развития. Антропометрический профиль спортсмена.	Подготовка и написание рефератов, докладов на заданные темы. Выполнение домашних заданий: подбор и изучение литературных источников; Подготовка к письменному опросу и контрольной работе	8	Рекомендуемая литература	Реферат Доклад Письменный опрос Контрольная работа
Физическая работоспособность и функциональная готовность спортсменов	Общая и специальная физическая работоспособность спортсменов.	Подготовка и написание рефератов, докладов на заданные темы. Выполнение домашних заданий: подбор и изучение литературных источников; Подготовка к письменному опросу и контрольной работе	8	Рекомендуемая литература	Реферат Доклад Письменный опрос Контрольная работа
Медико-педагогическое наблюдение в процессе тренировочных	Понятие о срочном, отставленном, кумулятивном тренировочном эффектах. Самоконтроль в процессе	Подготовка и написание рефератов, докладов на заданные темы. Выполнение	8	Рекомендуемая литература	Реферат Доклад Письменный опрос Контрольная

занятий и соревнований	тренировок и соревнований. Методы исследования, используемые при врачебно-педагогическом наблюдении.	домашних заданий: подбор и изучение литературных источников; Подготовка к письменному опросу и контрольной работе			работа
Медико-педагогическое наблюдение за юными спортсменами	Организация и методы проведения медико-педагогического наблюдения за юными спортсменами в процессе учебно-тренировочного занятия, на учебно-тренировочных сборах, соревнованиях.	Подготовка и написание рефератов, докладов на заданные темы. Выполнение домашних заданий: подбор и изучение литературных источников; Подготовка к письменному опросу и контрольной работе	8	Рекомендуемая литература	Реферат Доклад Письменный опрос Контрольная работа
Восстановление спортивной работоспособности	Спортивное утомление. Переутомление и перенапряжение спортсмена: этиология, патогенез, классификация, клиника, профилактика. Классификация восстановительных средств. Педагогические средства восстановления. Психологические средства восстановления. Медицинские средства восстановления. Общие принципы применения восстановительных средств. Специализированное питание. Восстановительный сон.	Подготовка и написание рефератов, докладов на заданные темы. Выполнение домашних заданий: подбор и изучение литературных источников; Подготовка к письменному опросу и контрольной работе	8	Рекомендуемая литература	Реферат Доклад Письменный опрос Контрольная работа
Основы общей и спортивной патологии	Этиология и патогенез спортивной патологии, в т. ч. – разных специализаций и квалификации. Особенности спортивной заболеваемости в отдельных видах спорта. Внешние и внутренние	Подготовка и написание рефератов, докладов на заданные темы. Выполнение домашних заданий: подбор и изучение литературных	8	Рекомендуемая литература	Реферат Доклад Письменный опрос Контрольная работа

	факторы спортивной заболеваемости. Профилактика нарушения здоровья у спортсменов.	источников; Подготовка к письменному опросу и контрольной работе			
Спортивный травматизм и его предупреждение. Основы первой доврачебной помощи	Общая характеристика спортивного травматизма. Этиология и патогенез спортивного травматизма у спортсменов, в т. ч. – разных специализаций и квалификации. Особенности спортивного травматизма в отдельных видах спорта. Внешние и внутренние факторы спортивного травматизма.	Подготовка и написание рефератов, докладов на заданные темы. Выполнение домашних заданий: подбор и изучение литературных источников; Подготовка к письменному опросу и контрольной работе	4	Рекомендуемая литература	Реферат Доклад Письменный опрос Контрольная работа
Итого:			52		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Выпускник по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура и дополнительное образование» с квалификацией (степенью) «бакалавр» должен обладать следующими компетенциями:

5.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
ДПК-1 Способен осуществлять профессиональную деятельность, направленную на достижение образовательных результатов обучающихся в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ДПК-8 Готов к разработке (совместно с другими специалистами) и реализации совместно с родителями (законными представителями) программ индивидуального развития ребенка.	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа

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

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания, балл
ДПК-1	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Знать: - законодательные акты в сфере образования, физической культуры и спорта; - основы педагогики физической культуры; - основы теории и методики физического воспитания; - основы возрастной педагогики и психологии; - основы видов спорта, входящих в программу обучения различных категорий населения.	Текущий контроль: реферат, доклад, письменный опрос, контрольная работа Промежуточная аттестация: экзамен	41-60
	Продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Уметь: - разрабатывать учебные программы по предмету физическая культура на основе государственных образовательных стандартов; - использовать в процессе обучения современные виды спорта и оздоровительные технологии; - реализовывать учебные программы в зависимости от возраста и двигательной подготовленности обучающихся. Владеть: - навыками разработки и осуществления учебно-воспитательного процесса в системе общего образования по предмету «физическая культура».	Текущий контроль: реферат, доклад, письменный опрос, контрольная работа Промежуточная аттестация: экзамен	61-100
ДПК-8	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Знать: - возрастные особенности развития личности; - современные средства и методы обучения и воспитания; - современные виды спорта и особенности	Текущий контроль: реферат, доклад, письменный опрос, контрольная работа	41-60

			соревновательной деятельности; - особенности проведения творческих конкурсов и олимпиад по образовательным предметам; - особенности индивидуального обучения различных категорий обучающихся современные оздоровительные технологии.	Промежуточная аттестация: экзамен	
	Продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Уметь: - планировать и осуществлять индивидуальную работу с обучающимися; - использовать средства и методы обучения и воспитания, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся; - использовать современные средства физической культуры и спорта, оздоровительные технологии, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся; Владеть: - способами индивидуального обучения; - навыками педагогического взаимодействия при реализации индивидуального обучения; - навыками реализации индивидуального обучения для различных возрастно-половых и социально-демографических групп обучающихся.	Текущий контроль: реферат, доклад, письменный опрос, контрольная работа Промежуточная аттестация: экзамен	61-100

5.3. 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

Темы докладов:

1. Генотип спортсмена.
2. Фенотип спортсмена.
3. Оценка общей физической работоспособности спортсмена.
4. Оценка специальной физической работоспособности спортсмена.
5. Протоколы определения МПК (прямой метод и непрямой методы).
6. Субмаксимальный тест оценки физической работоспособности, варианты протоколов.
7. Методы и протоколы изучения и оценки функциональной готовности спортсмена.
8. Функциональная готовность спортсмена.
9. Врачебно-педагогическое наблюдение.
10. Самоконтроль спортсмена в процессе тренировок и соревнований.
11. Медицинское обеспечение соревнований.
12. Медицинское обеспечение учебно-тренировочных сборов.
13. Медицинское сопровождение тренировочных занятий.
14. Медицинская спортивная ориентация и начальный отбор.
15. Определение, виды реактивности.
16. Понятие о болезни.
17. Определение, классификация болезней.
18. Периоды болезни и их характеристика.
19. Понятие об этиологии. Определение.
20. Понятие о воспалении. Определение, признаки.
21. Общие реакции организма при воспалении.
22. Понятие об атрофии и гипертрофии. Определение, виды.
23. Понятие о местных расстройствах кровообращения. Определение, виды.
24. Методы изучения функционального состояния нервной системы спортсменов.
25. Определение и оценка частоты сердечных сокращений и артериального давления у спортсменов в состоянии покоя.
26. Методика оценки функциональных проб сердечно-сосудистой системы по данным покоя и восстановления.

Темы контрольных работ:

1. Современные представления о физическом развитии.
2. Генотип спортсмена.
3. Фенотип спортсмена.
4. Телосложение спортсмена.
5. Понятие о конституции, классификация и характеристика конституциональных типов (по Черноруцкому).
6. Спортивная медицина, история развития.
7. Цели и задачи отечественной спортивной медицины.
8. Организация спортивной медицины в России.
9. Физическое развитие: определение, область применения.
10. Оценка физического развития по методу стандартов,
11. Оценка физического развития по методу индексов,
12. Оценка физического развития по методу корреляции.
13. Понятие о конституции.
14. Классификация конституции по М.В. Черноруцкому.

15. Характеристика конституциональных типов (по М.В. Черноруцкому).
16. Понятие о здоровье.
17. Определение, виды здоровья.
18. Понятие о реактивности.
19. Одномоментные функциональные пробы с физической нагрузкой Мартинэ-Кушелевского, Котова-Дешина. Методика проведения и оценка результатов. Применение в спорте и физической культуре.
20. Пробы Мартинэ-Кушелевского, Котова-Дешина. Методика проведения и оценка результатов. Применение в спорте и физической культуре.
21. Назначение и методика проведения пробы Руфье. Оценка результатов.
22. Гарвардский степ-тест. Методика проведения. Модификации. Оценка результатов тестирования.
23. Тест PWC₁₇₀. Теоретическое обоснование теста. Процедура проведения (классическая и по В.Л. Карпману). Оценка результатов тестирования.
24. Расчет максимального потребления кислорода.
25. Модификация пробы PWC₁₇₀ (шаговая, беговая, лыжная, велосипедная, плавательная и др.).
26. Ортостатические пробы: область применения, основные виды.
27. Простая ортостатическая проба (активная и пассивная). Методика проведения и оценка результатов исследования.
28. Врачебно-педагогические наблюдения.
29. Самоконтроль в спорте. Задачи и содержание самоконтроля. Субъективные и объективные показатели.
30. Простейшие функциональные пробы для самоконтроля.

Примерные темы рефератов:

1. Общая и специальная физическая работоспособность спортсмена.
2. Максимальные тесты определения физической работоспособности – протоколы определения МПК (прямой метод и непрямой методы).
3. Субмаксимальный тест оценки физической работоспособности, варианты протоколов.
4. Методы и протоколы изучения и оценки специальной физической работоспособности спортсмена.
5. Задачи и основные формы врачебно-педагогического наблюдения в процессе тренировочных занятий и соревнований.
6. Самоконтроль спортсмена в процессе тренировок и соревнований.
7. Врачебно-педагогическое наблюдение: методы исследования.
8. Медицинское обеспечение соревнований.
9. Медицинское обеспечение учебно-тренировочных сборов.
10. Медицинское сопровождение тренировочных занятий и соревнований юных спортсменов: цель и задачи, организация, содержание.
11. Медицинская спортивная ориентация и начальный отбор.
12. Спортивное утомление, переутомление и перенапряжение спортсмена: этиология, патогенез, классификация, клиника, профилактика.
13. Восстановление в спорте, сущность, цели и задачи.
14. Педагогические, психологические, медицинские средства восстановления.
15. Общие принципы применения восстановительных средств.
16. Средства восстановления общего воздействия.
17. Восстановительные средства локального воздействия.
18. Специализированное питание.
19. Характеристика заболеваемости спортсменов (по видам спорта).

20. Этиология и патогенез заболеваний у спортсменов (на примере одной из нозологических форм).
21. Структура заболеваемости у спортсменов, в т.ч. – разных специализаций и квалификации.
22. Спортивный травматизм: определение, этиология, патогенез (на примере конкретного вида спорта).
23. Профилактика спортивного травматизма, в т.ч. – у спортсменов разных специализаций и квалификации.
24. Особенности спортивного травматизма в отдельных видах спорта.
25. Внешние и внутренние факторы спортивного травматизма.
26. Функциональная готовность: определение, методы изучения, оценка.
27. Статическая и динамическая координация и их показатели (пробы Ромберга: простая и усложненные пальценосовая проба, треморография, стабиллография и др.).
28. Методы исследования зрительного анализатора (острота зрения, поле зрения).
29. Функциональное состояние вестибулярного аппарата. Методы исследования (пробы Яроцкого, Воячека, Миньковского).
30. Пробы для оценки функционального состояния вегетативной нервной системы (проба Ашнера, орто- и клиностатические пробы, исследование дермографизма, расчет индекса Кердо).
31. Исследование функционального состояния нервно-мышечного аппарата у спортсменов.
32. Методы исследования сердечно-сосудистой системы.
33. Методы определения артериального давления.
34. Методы оценки функционального состояния аппарата внешнего дыхания у спортсменов.
35. Функциональные пробы: Штанге, Генчи, Розенталя, Шафрановского, Лебедева (методика проведения, оценка результатов).
36. Максимальное потребление кислорода. Методы определения.
37. Функциональная готовность организма как важнейший медицинский показатель состояния спортсмена.

Примерные вопросы к письменному опросу

1. Комбинированная проба С.П. Летунова. Методика проведения и оценка типов реакции сердечно-сосудистой системы.
2. Проба Руффье. Методика проведения и оценка.
3. Гарвардский степ-тест. Методика проведения и оценка общей физической работоспособности спортсменов.
4. Тест PWC_{170} . Методика проведения и оценка результатов.
5. ЖЕЛ (жизненная емкость легких), определение.
6. Легочные объемы, расчет должных величин ЖЕЛ.
7. Жизненная емкость легких (ЖЕЛ). Определение, методика измерения, оценка ЖЕЛ у спортсменов.
8. Методы оценки функционального состояния системы внешнего дыхания спортсменов.
9. Функциональные пробы, применяемые в спортивной медицине для оценки системы внешнего дыхания.
10. Методы оценки функционального состояния вегетативной нервной системы спортсменов.
11. Методика проведения и оценка ортостатической пробы.
12. Методика проведения и оценка клиноортостатической пробы.
13. Теппинг-тест. Методика проведения и оценка.

14. Методы оценки функционального состояния нервно-мышечного аппарата спортсменов.
15. Методы оценки функционального состояния зрительного анализатора спортсменов.
16. Методы оценки функционального состояния слухового анализатора спортсменов.
17. Методы оценки функционального состояния вестибулярного анализатора спортсменов.
18. Методы оценки функционального состояния двигательного анализатора спортсменов.
19. Врачебно-педагогические наблюдения. Определение, цель, задачи врачебно-педагогических наблюдений.
20. Простые и сложные (инструментальные) методы исследования, используемые при врачебно-педагогических наблюдениях.
21. Специальные методы исследования (метод дополнительных нагрузок). Методика проведения и оценка.
22. Специальные методы исследования (метод повторных специфических нагрузок). Методика проведения и оценка.
23. Самоконтроль спортсмена. Задачи, основные показатели, используемые для самоконтроля.
24. Врачебный контроль за детьми и подростками при занятиях спортом.
25. Врачебный контроль за детьми и подростками при занятиях физической культурой.
26. Особенности врачебного контроля за женщинами-спортсменками.
27. Самоконтроль в массовой физической культуре.
28. Врачебный контроль в массовой физической культуре.
29. Особенности врачебного контроля при занятиях физической культурой в среднем и пожилом возрасте.
30. Современные представления о физическом развитии.
31. Генотип спортсмена.
32. Фенотип спортсмена.
33. Телосложение спортсмена.
34. Понятие о конституции.
35. Классификация и характеристика конституциональных типов (по Черноруцкому).
36. Методы изучения телосложения и физического развития: соматоскопия, антропометрия
37. Общая физическая работоспособность спортсменов.
38. Специальная физическая работоспособность спортсменов.
39. Определение МПК: прямой метод.
40. Определение МПК: не прямой метод.
41. Субмаксимальный тест оценки физической работоспособности, варианты протоколов. Протоколы изучения и оценки специальной физической работоспособности спортсменов.
42. Соматоскопия. Понятие о телосложении и конституции человека.
43. Осанка. Визуальное и инструментальное определение особенностей и дефектов осанки.
44. Антропометрия. Методика антропометрии. Основные объективные показатели физического развития.
45. Основные методы оценки уровня физического развития: метод антропометрических стандартов, метод индексов.

Вопросы к экзамену

1. Место спортивной медицины в системе подготовки высококвалифицированных спортсменов.
2. Основные виды медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий).

3. Первичная медико-санитарная помощь.
4. Специализированная, в том числе высокотехнологичная, медицинская помощь.
5. Скорая, в том числе скорая специализированная, медицинская помощь, медицинская эвакуация.
6. Систематический контроль за состоянием здоровья лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
7. Организация ВПН.
8. Медицинские группы для занятий физической культурой.
9. Медицинский отбор и ориентация.
10. Организация оказания медицинской помощи при проведении спортивных соревнований.
11. Предварительный этап оказания медицинской помощи при проведении спортивных соревнований.
12. Этап непосредственного медицинского обеспечения спортивных соревнований.
13. Заключительный этап медицинского обеспечения спортивных соревнований.
14. Функции главного врача соревнований.
15. Медицинская бригада соревнований.
16. Медицинский пункт объекта спорта.
17. Медицинские противопоказания к участию в спортивных мероприятиях.
18. Порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом.
19. Врачебно-физкультурный диспансер.
20. Функциональные группы для занятий физическими упражнениями.
21. Общая характеристика заболеваемости спортсменов.
22. Краткий анализ заболеваемости спортсменов. Влияние специфики вида спорта на развитие патологических процессов.
23. Перетренированность. Сущность перетренированности. Причины, способствующие возникновению перетренированности.
24. Стадии перетренированности и их характеристика. Общие рекомендации по проведению восстановительных мероприятий. Профилактика перетренированности.
25. Перенапряжение у физкультурников и спортсменов. Сущность перенапряжения. Причины, способствующие возникновению перенапряжения.
26. Перенапряжения сердечно - сосудистой системы (острое, хроническое), восстановление, профилактика.
27. Перенапряжение нервной системы. Диагностика, восстановление, профилактика.
28. Перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Диагностика, восстановление, профилактика.
29. Допинг в спорте. Запрещенный список. Антидопинговый контроль.
30. Организация и проведение антидопингового контроля. Обязанности и права спортсменов. Санкции к спортсменам при обнаружении допинга.
31. Группы наркотических и психотропных средств. Механизмы их действия. Наркомания.
32. Повреждения (травмы) мышц, связок, суставов: этиология, диагностика, коррекция.
33. Ссадины, потертости, раны. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений.
34. Травмы опорно-двигательного аппарата. Повреждения связок, ушибы, растяжения, разрывы мышц, сухожилий. Первая помощь и профилактика.
35. Переломы костей, подвывихи, вывихи суставов. Иммобилизация конечностей. Транспортировка пострадавших. Травматический шок и его профилактика. Первая помощь и профилактика.
36. Травмы нервной системы. Сотрясение, ушиб, сдавление головного мозга. Повреждения спинного мозга. Повреждения периферических нервов. Первая помощь и профилактика.

37. Травмы внутренних органов. Основная симптоматика, первая помощь, профилактика.
38. Повреждения и заболевания глаз, ушей, носа и зубов у спортсменов, первая помощь и профилактика.
39. Гравитационный шок, ортостатический коллапс, обморок. Механизм возникновения, первая помощь, профилактика.
40. Клиника теплового и солнечного удара. Первая помощь и профилактика.
41. Отморожение. Замерзание, стадии, клиническая картина, первая помощь.
42. Утопление. Первая помощь и профилактика.
43. Гипогликемическое состояние. Первая помощь и профилактика.
44. Тепловой и солнечный удары. Первая помощь и профилактика.
45. Физические средства, их влияние на организм человека. Показания к применению физических средств восстановления у спортсменов.
46. Общие принципы формирования медико-биологических восстановительных комплексов для спортсменов в различные периоды подготовки.
47. Классификация средств и методов восстановления организма спортсмена.
48. Медицинские средства восстановления.
49. Педагогические средства восстановления.
50. Причины спортивных травм.
51. Спортивный травматизм, причины спортивных травм.
52. Ссадины, потертости; первая доврачебная помощь.
53. Ушибы, растяжения, надрывы и разрывы мягких тканей: первая доврачебная помощь.

5.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций

Распределение баллов по видам работ:

Название компонента	Распределение баллов
Посещение занятий	до 100
Письменный опрос	до 100
Устный опрос	до 100
Реферат	до 100
Доклад	до 100
Зачет	до 100

Шкала оценки посещаемости:

Посещение учебных занятий	Количество баллов
Регулярное посещение занятий	80-100 баллов
Систематическое посещение занятий, единичные пропуски по уважительной причине.	40-70 баллов
Нерегулярное посещение занятий	10-30 баллов
Регулярные пропуски	0 баллов

Шкала оценивания контрольных работ

Требования к критерию	Количество баллов
1. глубоко, осмысленно, в полном объеме усвоил программный материал, излагает его на высоком научном уровне, изучил обязательную и дополнительную литературу, способен к	80-100 баллов

самостоятельному анализу и оценке проблемных ситуаций; 2. усвоил методологию данной дисциплины, свободно владеет понятиями, определениями, терминами; 3. умеет анализировать и выявлять взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими дисциплинами; 4. умеет творчески применять теоретические знания при решении практических ситуаций; 5. показывает способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в процессе учёбы и профессиональной деятельности	
1. полно раскрыл материал, предусмотренный программой, изучил обязательную литературу; 2. владеет методологией данной дисциплины, методами исследования, знает определение понятий в области технических средств; 3. умеет установить взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими областями знаний; 4. применяет теоретические знания на практике; 5. допустил незначительные неточности при изложении материала, не искажающие содержание ответа по существу вопроса.	40-70 баллов
1. владеет материалом в пределах программы курса, знает основные понятия и определения; 2. обладает достаточными знаниями для продолжения обучения и профессиональной деятельности; 3. способен разобраться в конкретной практической ситуации.	10-30 баллов
1. показал проблемы в знании основного учебного материала; 2. не может дать чётких определений, понятий; 3. не может разобраться в конкретной практической ситуации; 4. не может успешно продолжать дальнейшее обучение в связи с недостаточным объёмом знаний.	0 баллов

Критерии оценивания письменных опросов

Критерии оценивания	Количество баллов
Содержание работы полностью соответствует теме; фактические ошибки отсутствуют; содержание излагается последовательно	80-100 баллов
Содержание работы в основном соответствует теме; имеются единичные фактические неточности; имеются незначительные нарушения последовательности в изложении мыслей.	60-80 баллов
В работе допущены существенные отклонения от темы; работа достоверна в главном, но имеются фактические неточности; допущены отдельные нарушения последовательности изложения.	30-50 баллов
не раскрыта тема, не соответствует плану, свидетельствует о поверхностном знании материала, без выводов и обобщений	0-10 балла

Шкала и критерии оценивания докладов

Критерии	Количество баллов
Качество доклада: - производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом; - четко выстроен; Использование демонстрационного материала: - автор представил демонстрационный материал и прекрасно в нем ориентировался Качество ответов на вопросы: - отвечает на вопросы; Владение научным и специальным аппаратом: - показано владение специальным аппаратом; Четкость выводов: - полностью характеризуют работу;	80-100 баллов
Качество доклада: - рассказывается, но не объясняется суть работы; Качество ответов на вопросы: - не может ответить на большинство вопросов; Владение научным и специальным аппаратом: - использованы общенаучные и специальные термины; Четкость выводов: - нечетки; Использование демонстрационного материала: - использовался в докладе, хорошо оформлен, но есть неточности;	60-89 баллов
Качество доклада: - зачитывается. Качество ответов на вопросы: - не может четко ответить на вопросы. Владение научным и специальным аппаратом: - показано владение базовым аппаратом. Четкость выводов: - имеются, но не доказаны. Использование демонстрационного материала: - представленный демонстрационный материал не использовался докладчиком или был оформлен плохо, неграмотно.	30-59 баллов

Шкала оценки написания реферата:

Критерии	Количество баллов
Содержание соответствует поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.	8-100 баллов
Содержание недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам исследования, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения, изложение	60-80 баллов

материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.	
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.	30-50 баллов

Требования к экзамену

Процедура оценивания знаний и умений для получения допуска к экзамену состоит из следующих составных элементов:

1. Учет посещаемости лекционных, практических занятий и лабораторных работ осуществляется по ведомости представленной ниже в форме таблицы.

Таблица 1

№ п/п	Фамилия И.О.	Посещение занятий						Итого %
		1	2	3	4		62	

Допуск к экзамену осуществляется в соответствии с предложенной ниже таблицей 3

Таблица 3

№ п/п	Фамилия И.О.	Сумма баллов, набранных в семестре						Отметка о зачете	Подпись преподав.
		Посеще ние	Устный опрос	Реферат	Практиче ские задания	Самос тоятел ьная работ а	Контр. меропр иятия		
		до 20 баллов	до 5 баллов	до 5 баллов	до 5 баллов	до 25 балло в	до 10 баллов	до 30 баллов	
1	2	4	5	6	7	8		9	10
2									
3									

Шкала оценки результатов экзамена за каждый вопрос билета (всего три вопроса в билете):

Критерии	Количество баллов
Ответ правильный, полный, допускаются мелкие неточности, не влияющие на существо ответа.	9-10 баллов
Ответ в целом правильный, но не совсем полный. Допускаются мелкие неточности и не более двух ошибок, которые студент может исправить самостоятельно.	7-8 баллов
Ответ в целом правильный, но не полный, поверхностный. Ошибки и неточности, допущенные при ответе, студент может исправить после наводящих вопросов.	5-6 баллов
Ответ неверный. После наводящих вопросов никаких исправлений не дано.	1-4 балла

Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную пятибалльную систему

100-балльная система оценки	Традиционная четырех балльная система оценки
81 – 100 баллов	отлично/зачтено
61 – 80 баллов	хорошо/зачтено
41 – 60 баллов	удовлетворительно/зачтено
0- 40 баллов	неудовлетворительно/не зачтено

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература:

1. Основы медицинских знаний [Электронный ресурс]: (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях): учеб. пособие /под ред. И.В. Гайворонского. - 2-е изд. - СПб. : СпецЛит, 2013. - 303 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>
2. Спортивная медицина [Текст]: учебник для вузов / Смоленский А.В.,ред. - М. : Академия, 2015. - 320с.

Дополнительная литература:

1. Клинические аспекты спортивной медицины [Электронный ресурс]: руководство / под ред. В.А. Маргазина. - СПб. : СпецЛит, 2014. - 457 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=253834>
2. Макарова, Г.А. Медицинское обеспечение детского и юношеского спорта [Электронный ресурс] / Г.А. Макарова, Л.А. Никулин, В.А. Шашель. - М.: Советский спорт, 2009. - 272 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210449>
3. Налобина, А.Н. Основы массажа. Спортивный массаж [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А.Н. Налобина, И.Г. Таламова, Л.Е. Медведева. - 2-е изд. - Омск : Издательство СибГУФК, 2013. - 140 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274878>

4. Ромашин, О.В. Некоторые неотложные состояния в практике спортивной медицины [Электронный ресурс] /О.В. Ромашин, А.В. Смоленский, В.Ю. Преображенский. - М. : Советский спорт, 2011. - 132 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210478>
5. Спортивная медицина [Электронный ресурс]: справочник для врачей. - М. : Человек, 2013. - 329 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461436>
6. Чашин, М.В. Профессиональные заболевания в спорте [Электронный ресурс] / М.В. Чашин, Р.В. Константинов. - М. : Советский спорт, 2010. - 176 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210359>

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал РАО, РГАФК;
- 2.<http://tpfk.infosport.ru> – Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, РГАФК;
- 3.<http://lib.sportedu.ru>

7. Методические указания по освоению учебной дисциплины:

- 1) Методические рекомендации по практическим занятиям. Автор составитель Дубровская А.М.
- 2) Методические рекомендации «самостоятельная работа студентов» . Автор составитель Дубровская А.М.

8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Лицензионное программное обеспечение:

Microsoft Windows
Microsoft Office
Kaspersky Endpoint Security

Информационные справочные системы:

Система ГАРАНТ
Система «КонсультантПлюс»

Профессиональные базы данных

fgosvo.ru
pravo.gov.ru
www.edu.ru

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные учебной мебелью, доской, демонстрационным оборудованием.- помещения для самостоятельной работы, укомплектованные учебной мебелью, персональными компьютерами с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную информационно-образовательную среду МГОУ;
- помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, укомплектованные мебелью (шкафы/стеллажи), наборами демонстрационного оборудования и учебно-наглядными пособиями.