

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Наумова Наталия Александровна

Должность: Ректор

Дата подписания: 26.12.2024 12:09:34

Уникальный идентификатор документа: 6b5279da4e034bffa679172803da5b7b7996364d

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»  
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра современных оздоровительных технологий и адаптивной физической культуры

Согласовано

и.о. декана факультета физической культуры  
и спорта

« 26 » \_\_\_\_\_ 2024 г.

/Кулищенко И.В./

### Рабочая программа дисциплины

Спортивная фармакология

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль:

Физическая культура и дополнительное образование

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Очная

Согласовано учебно-методической комиссией  
факультета физической культуры и спорта

Протокол «26» марта 2024 г. № 8

Председатель УМКом

/Кулищенко И.В./

Рекомендовано кафедрой современных  
оздоровительных технологий и  
адаптивной физической культуры

Протокол от «17» марта 2024г. № 7

Зав. кафедрой

/Семенова С.А./

Мытищи

2024

Автор-составитель:  
Дубровская Анастасия Михайловна  
Старший преподаватель кафедры современных оздоровительных технологий и адаптивной физической культуры

Рабочая программа дисциплины "Спортивная фармакология" составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом МИНОБРАНАУКИ России от «22» февраля 2018 г №125.

Дисциплина входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является элективной дисциплиной.

Год начала подготовки (по учебному плану) 2024

## **СОДЕРЖАНИЕ**

|                                                                                           |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Планируемые результаты обучения                                                        | 4  |
| 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы                                 | 4  |
| 3. Объем и содержание дисциплины                                                          | 5  |
| 4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся                     | 10 |
| 5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине | 13 |
| 6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины                                 | 17 |
| 7. Методические указания по освоению дисциплины                                           | 21 |
| 8. Информационные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине    | 22 |
| 9. Материально-техническое обеспечение дисциплины                                         | 22 |

## 1. Планируемые результаты обучения

### 1.1. Цель и задачи дисциплины

**Цель освоения данной учебной дисциплины:** обеспечить должную профессиональную готовность выпускника к эффективной самореализации в профессиональной деятельности, направленной на максимально возможное сохранение и повышение здоровья спортсменов в процессе его спортивной деятельности.

**Задачи дисциплины:**

- сформировать у студентов системные знания о научно-методических основах управления работоспособностью спортсменов с использованием соответствующих фармпрепаратов;
- сформировать у студента достаточные профессиональные навыки разработки и реализации технологий фармобеспечения спортсмена в процессе его спортивной деятельности;
- сформировать у студентов системные знания о допинге, основных препаратах и причинах их запрета;
- сформировать у студентов системные знания о современных процедурах допинг-контроля;
- сформировать у студента достаточные профессиональные навыки разработки и реализации технологий фармобеспечения спортсмена при коррекции его функциональных состояния.

### 1.2. Планируемые результаты обучения

В результате изучения дисциплины у обучающихся формируются следующие компетенции:

ППК-3. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ППК-5. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга

## 2. Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является элективной дисциплиной.

Преподавание дисциплины «**Спортивная фармакология**» строится на основе знаний, ранее полученных ими при изучении следующих знаний и умений, в химии, общей биологии, физиологии человека, физиологии спорта, психологии физической культуры, теории и методики физической культуры и спорта, биохимии человека, лечебной физической культуры. Дисциплина относится к завершающему этапу обучения и является необходимой для написания выпускной квалификационной работы и необходимым условием работы тренера.

## 3. Объем и содержание учебной дисциплины

### 3.1. Объем дисциплины

| Показатель объема дисциплины         | Форма обучения |
|--------------------------------------|----------------|
|                                      | Очная          |
| Объем дисциплины в зачетных единицах | 3              |
| Объем дисциплины в часах             | 108            |
| Контактная работа:                   | 60,2           |
| Лекции                               | 20             |
| Лабораторные занятия                 | 20             |

|                                              |     |
|----------------------------------------------|-----|
| Практические занятия                         | 20  |
| Контактные часы на промежуточную аттестацию: | 0,2 |
| Зачет                                        | 0.2 |
| Самостоятельная работа                       | 40  |
| Контроль                                     | 7,8 |

Форма промежуточной аттестации: зачет, 9 семестр.

### 3.2. Содержание учебной дисциплины

#### очная форма обучения

| Разделы дисциплины, краткое содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Кол-во часов |                      |                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|----------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Лекции       | Практические занятия | Лабораторные занятия |
| <b>Раздел 1. Управление работоспособностью спортсмена:</b> Зоны энергообеспечения. Фармообеспечение по зонам энергообеспечения. Лимитирование работоспособности спортсмена. Фармкоррекция работоспособности спортсмена. Лимитирование работоспособности спортсмена системными факторами. Коррекция фарм-препаратами                                                                                  | 4            | 2                    | 2                    |
| <b>Раздел 2. Фармакологическая поддержка спортсмена в подготовительном периоде:</b> Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена на подготовительном периоде. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в подготовительном периоде, в зависимости от вида спорта. Основные фарм-препараты и их применение в подготовительном периоде              | 2            | 4                    | 4                    |
| <b>Раздел 3. Фармакологическая поддержка спортсмена в базовом периоде:</b> Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в базовом периоде. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в базовом периоде в зависимости от вида спорта. Основные фармпрепараты и их применение в базовом периоде                                                     | 2            | 2                    | 2                    |
| <b>Раздел 4. Фармакологическая поддержка спортсмена в предсоревновательном периоде:</b> Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в предсоревновательном периоде. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в предсоревновательном периоде в зависимости от вида спорта. Основные фармпрепараты и их применение в предсоревновательном периоде | 2            | 2                    | 2                    |
| <b>Раздел 5. Фармакология соревновательной деятельности:</b> Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в соревновательном периоде. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в соревновательном периоде в зависимости от вида спорта. Основные фармпрепараты и их применение в соревновательном периоде.                                       | 2            | 2                    | 2                    |

|                                                                                                                                                                                                                                                                              |           |           |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|
| <b>Раздел 6. Фармакология восстановления спортсмена:</b><br>Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения восстановительных процессов. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения восстановительных процессов в зависимости от вида спорта        | 4         | 4         | 4         |
| <b>Тема 7. Коррекция неблагоприятных состояний спортсмена:</b><br>Научно-методические основы фарм-коррекции основных неблагоприятных состояний спортсмена. Фармакологическая реабилитации спортсмена при перетренировке. Фармкоррекция относительного объема мышечной массы. | 4         | 4         | 4         |
| <b>ВСЕГО</b>                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>20</b> | <b>20</b> | <b>20</b> |

#### 4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента

| Темы для самостоятельного изучения                                                  | Изучаемые вопросы                                                                                                                                                                                                                                                      | Объем, час<br>очное | Формы самостоятельной работы                                                                                       | Методическое обеспечение                   | Формы отчетности                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| Раздел 1.<br>Управление работоспособностью спортсмена                               | Зоны энергообеспечения.<br>Фармообеспечение по зонам энергообеспечения.<br>Лимитирование работоспособности спортсмена.<br>Фармкоррекция работоспособности спортсмена.<br>Лимитирование работоспособности спортсмена системными факторами.<br>Коррекция фармпрепаратами | 6                   | Подготовка к устному опросу<br>Подготовка реферата<br>Подготовка к тестированию                                    | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Устный опрос, реферат, тестирование              |
| Раздел 2.<br>Фармакологическая подготовка спортсмена в подготовительном периоде     | Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена: на подготовительном этапе в зависимости от вида спорта, основные фармпрепараты и их применение на подготовительном этапе                                                                         | 6                   | Подготовка к устному опросу<br>Подготовка реферата<br>Подготовка к письменному опросу<br>Подготовка к тестированию | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Устный опрос, реферат, презентация, тестирование |
| Раздел 3.<br>Фармакологическая подготовка спортсмена в базовом периоде              | Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в базовом периоде, фармакологическое обеспечение спортсмена в базовом периоде в зависимости от вида спорта.                                                                                       | 6                   | Подготовка к устному опросу<br>Подготовка реферата<br>Подготовка к письменному опросу<br>Подготовка к тестированию | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Устный опрос, реферат, презентация, тестирование |
| Раздел 4.<br>Фармакологическая подготовка спортсмена в предсоревновательном периоде | Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в предсоревновательном периоде. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в предсоревновательном периоде                                                               | 6                   | Подготовка к устному опросу<br>Подготовка реферата<br>Подготовка к письменному опросу<br>Подготовка к              | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Устный опрос, реферат, презентация, тестирование |

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           |                                                                                                                                |                                            |                                                  |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------|
|                                        | в зависимости от вида спорта. Основные фармпрепараты и их применение в предсоревновательном периоде                                                                                                                                                                                                       |           | тестированию                                                                                                                   |                                            |                                                  |
| Раздел 5. Фармакология соревнования    | Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в соревновательном периоде. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в соревновательном периоде в зависимости от вида спорта. Основные фармпрепараты и их применение в соревновательном периоде          | 6         | Подготовка к устному опросу<br>Подготовка реферата<br>Подготовка к письменному опросу<br>Подготовка к тестированию презентация | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Устный опрос, реферат, презентация, тестирование |
| Раздел 6. Фармакология восстановления  | Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения восстановительных процессов. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения восстановительных процессов в зависимости от вида спорта                                                                                                 | 4         | Подготовка к устному опросу<br>Подготовка реферата<br>Подготовка к письменному опросу<br>Подготовка к тестированию презентация | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Устный опрос, реферат, презентация, тестирование |
| Тема 7. Коррекция состояний спортсмена | Научно-методические основы <u>коррекции отдельных состояний в спорте</u> .<br><u>Топическое лечение травм</u> .<br><u>Перетренировка</u> .<br><u>Фармакологическая реабилитация</u> .<br><u>Иммунодефицит (коррекция)</u> .<br><u>Создание мышечного объёма</u> .<br>Карта фармакологического обеспечения | 6         | Подготовка к устному опросу<br>Подготовка реферата<br>Подготовка к письменному опросу<br>Подготовка к тестированию презентация | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Устный опрос, реферат, презентация, тестирование |
| <b>Итого</b>                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>40</b> |                                                                                                                                |                                            |                                                  |

## 5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

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

| Код и наименование компетенции                                                                                                                                                                                                        | Этапы формирования                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| ППК-3. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста | 1. Работа на учебных занятиях<br>2. Самостоятельная работа |
| ППК-5. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга                                                                                                                                                                 | 1. Работа на учебных занятиях<br>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                                                                                                                                                                 |
|-------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ППК-3                   | Пороговый                | 1.Работа на учебных занятиях<br>2.Самостоятельная работа. | Знать: положения основных и малодоступных учений в области физической культуры, описывает варианты их действия в практической деятельности. положения основных учений в области физической культуры правила разработки учебных планов и программ конкретных занятий, приемы разработки учебных планов и программ, способы определения физического и функционального состояния занимающихся и его коррекции, классифицирует средства, методы тренировки и виды нагрузок, все формы учебных планов, дает характеристику программ конкретных занятий<br><br>Уметь:<br>-осуществляет планирование и подбор методик для физкультурно-спортивной деятельности на основе основных учений в области физической культуры. - проводить научные исследования по расширению положений основных учений в области физической культуры                                                                                                                                       | Устный опрос, реферат, презентация, тестирование<br>ответ на практическое задание | Шкала оценивания устного опроса<br>Шкала оценивания реферата<br>Шкала оценивания презентации<br>Шкала оценивания тестирования<br>Шкала оценивания ответа на практическое задание |
|                         | Продвинутый              | 1.Работа на учебных занятиях<br>2.Самостоятельная работа. | Знать: положения основных и малодоступных учений в области физической культуры, описывает варианты их действия в практической деятельности. положения основных учений в области физической культуры правила разработки учебных планов и программ конкретных занятий, приемы разработки учебных планов и программ, способы определения физического и функционального состояния занимающихся и его коррекции, классифицирует средства, методы тренировки и виды нагрузок, все формы учебных планов, дает характеристику программ конкретных занятий<br><br>Уметь:<br>-осуществляет планирование и подбор методик для физкультурно-спортивной деятельности на основе основных учений в области физической культуры. - проводить научные исследования по расширению положений основных учений в области физической культуры<br><br>Владеть:<br>осуществляет коррекцию состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей - классифицирует, описывает, | Устный опрос, реферат, презентация, тестирование<br>ответ на практическое задание | Шкала оценивания устного опроса<br>Шкала оценивания реферата<br>Шкала оценивания презентации<br>Шкала оценивания тестирования<br>Шкала оценивания ответа на практическое задание |

|              |             |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                         |
|--------------|-------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |             |                                                           | разрабатывает учебные планы и программы конкретных занятий в избранном виде спорта -самостоятельно определяет физические и функциональные способности, адекватно выбирает средства и методы тренировки, определяет величину нагрузок, соответствующую возможностям занимающегося с установкой на достижение спортивного результата;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                         |
| <b>ППК-5</b> | Пороговый   | 1.Работа на учебных занятиях<br>2.Самостоятельная работа. | <p>Знать: международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте международные антидопинговые правила и стандарты антидопингового законодательства Российской Федерации; методик разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории;</p> <p>Уметь: определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Устный опрос, реферат, презентация, тестирование                                  | <p>Шкала оценивания устного опроса</p> <p>Шкала оценивания реферата</p> <p>Шкала оценивания презентации</p> <p>Шкала оценивания тестирования</p>                                                        |
|              | Продвинутый | 1.Работа на учебных занятиях<br>2.Самостоятельная работа. | <p>Знать: международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте международные антидопинговые правила и стандарты антидопингового законодательства Российской Федерации; методик разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории;</p> <p>Уметь: определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте;</p> <p>Владеть: выбор формы способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием</p> | Устный опрос, реферат, презентация, тестирование<br>ответ на практическое задание | <p>Шкала оценивания устного опроса</p> <p>Шкала оценивания реферата</p> <p>Шкала оценивания презентации</p> <p>Шкала оценивания тестирования</p> <p>Шкала оценивания ответа на практическое задание</p> |

|  |  |  |                                                                                |  |  |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  |  |  | профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; |  |  |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------|--|--|

### Описание шкал оценивания Шкала оценивания реферата

| Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Баллы       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| 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.                                                                                                                                                                   | 9-10 баллов |
| Содержание недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам исследования, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения, изложение 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. | 6-8 баллов  |
| 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.                                       | 3-5 баллов  |

### Шкала оценивания ответа на практическое задание

| Баллы | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- глубоко, осмысленно, в полном объеме усвоил программный материал, способен к самостоятельному анализу и оценке проблемных ситуаций;</li> <li>- умеет творчески применять теоретические знания при решении практических ситуаций;</li> <li>- показывает способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в процессе учёбы и профессиональной деятельности</li> </ul> |
| 4     | полно раскрыл материал, предусмотренный программой, знает определение понятий в области технических средств;<br>допустил незначительные неточности при выполнении работы.                                                                                                                                                                                                                                           |
| 3     | - владеет материалом в пределах программы курса, знает основные понятия и определения, при этом допускает значительные ошибки и неточности                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 2     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- показал проблемы в знании основного учебного материала;</li> <li>- не может разобраться в конкретной практической ситуации;</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                     |

### Шкала оценивания устного опроса

| Баллы | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 40    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий;</li> <li>- обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;</li> </ul> |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | - излагает материал последовательно и правильно                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 30 | дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.                                                                                                                                                                                   |
| 20 | обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но:<br>- излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;<br>- не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;<br>- излагает материал непоследовательно                                          |
| 10 | обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом. |

### Шкала оценивания презентации

| Баллы    | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>5</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Цвет фона соответствует цвету текста</li> <li>2. Использовано более 5 цветов шрифта</li> <li>3. Каждая страница имеет свой стиль оформления</li> <li>4. Гиперссылки выделены</li> <li>5. Присутствует анимация</li> <li>6. Звуковой фон соответствует единой концепции, не носит отвлекающий характер</li> <li>7. Отдельные ссылки работают</li> </ol>                                                                                                                 |
| <b>4</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Цвет фона соответствует цвету текста</li> <li>2. Использовано менее 5 цветов шрифта</li> <li>3. Не каждая страница имеет свой стиль оформления</li> <li>4. Гиперссылки выделены</li> <li>5. Присутствует анимация</li> <li>6. Звуковой фон соответствует единой концепции, не носит отвлекающий характер</li> <li>7. Отдельные ссылки работают</li> </ol>                                                                                                              |
| <b>3</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Цвет фона не соответствует цвету текста</li> <li>2. Использовано менее 5 цветов шрифта</li> <li>3. Не каждая страница имеет свой стиль оформления</li> <li>4. Гиперссылки не выделены</li> <li>5. Присутствует анимация</li> <li>6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер</li> <li>7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объём информации слишком велик — кадр перегружен)</li> <li>8. Не работают отдельные ссылки</li> </ol> |

|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>2</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Цвет фона не соответствует цвету текста</li> <li>2. Использовано менее 5 цветов шрифта</li> <li>3. Каждая страница не имеет свой стиль оформления</li> <li>4. Гиперссылки не выделены</li> <li>5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией)</li> <li>6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер</li> <li>7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объём информации слишком велик — кадр перегружен)</li> <li>8. Не работают отдельные ссылки</li> </ol> |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### Шкала оценивания тестирования

| % правильных ответов | Баллы |
|----------------------|-------|
| < 40%                | 0     |
| 41-60%               | 5     |
| 61-84%               | 10    |
| > 85%                | 15    |

## 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

### Примерное тестирование

#### №1

1. Отметить основные показания к применению глюкокортикоидов:  
а)б-нь Аддисона б)сахарный диабет в)аллергические заболевания г)р-ция отторжения трансплантата д)анафилактический шок е)воспалительные процессы
2. Какие эффекты характерны для минералокортикоидов?  
А) увеличение диуреза б) уменьшение диуреза в) уменьшение реабсорбции натрия в почечных канальцах г) повышение реабсорбции натрия в почечных канальцах д) увеличение выделения ионов калия
3. Отметить побочные эффекты при применении глюкокортикоидов:  
а)повышение сахара в крови б)нарушение нервно-мышечной передачи в)гипотония г)гипертония д)остеопороз
4. Указать основные эффекты глюкокортикоидов:  
А) повышают содержание глюкозы в крови б) угнетают синтез белка в) стимулируют процессы иммуногенеза г) оказывают противоаллергическое действие
5. Отметить показания к применению глюкокортикоидов:  
А) сахарный диабет б) анафилактический шок в) воспалительные процессы кожи г) коллагенозы
6. Способствуют ли анаболики фиксации Са в костях? да\нет
- 7.Тестостерон:  
А) близок по строению к окситоцину б) является андрогеном в) является стероидом г) вырабатывается в передней доли гипофиза

## №2

1. Какие пути введения лекарств относятся к энтеральным: а) внутрь; б) в мышцу; в) под кожу; г) ректально; д) под язык; е) в вену.
2. Указать парентеральные пути введения лекарственных веществ: а) в вену; б) под кожу; в) внутрь; г) под язык; д) в мышцу.
3. Что характерно для введения лекарств внутрь: а) медленное развитие действия; б) быстрое развитие действия; в) лекарственное вещество попадает в кровь, минуя печень; г) лекарственное вещество попадает в кровь через воротную вену и печень; д) воздействие на лекарство ферментов желудочно-кишечного тракта.
4. Указать особенности ректального пути введения лекарств:  
а) вводят вещества, разрушающиеся в желудке и кишечнике; б) лекарство попадает в кровь через воротную вену и печень; в) лекарство попадает в кровь, минуя печень.
5. Что характеризует внутривенное введение: а) медленное развитие эффекта; б) быстрое развитие эффекта; в) точность дозировки; г) обязательное соблюдение правил асептики.
6. Как называют процесс накопления лекарственного вещества в организме:  
а) привыкание; б) кумуляция; в) синергизм; г) антагонизм; д) лекарственная зависимость; с) сенсibilизация
7. Как называют эффект, при котором один препарат усиливает действие другого: а) антагонизм; б) синергизм; в) привыкание; г) кумуляция.
8. Что понимают под тератогенным действием лекарственных средств: а) неблагоприятное действие на плод; б) не вызывающее появления уродств; в) неблагоприятное действие лекарств на плод, вызывающее появление врожденных уродств.
9. Подобрать соответствующие пары, по принципу вопрос? правильный ответ? (например, 1в, 3а и т. д.). Вопросы: 1. Фармакокинетика 2. Фармакодинамика 3. Побочное действие 4. Кумуляция 5. Синергизм 6. Привыкание 7. Лекарственная зависимость  
Ответы: а) Локализация, механизмы действия, фармакологические эффекты, виды действия. б) Накопление лекарственного вещества в организме. в) Пониженная реакция организма на повторное введение препарата в той же дозе. г). Всасывание, распределение, депонирование, биотрансформация и выведение лекарственных веществ. д.) Непреодолимое стремление к приему лекарственных средств. е.) Нежелательное действие лекарственного вещества при его применении в терапевтических дозах. Примечание. Число вопросов превышает число ответов, чтобы исключить сопоставление последнего вопроса с неиспользованным ответом
10. Виды фармакотерапии: Подобрать соответствующие пары, по принципу вопрос? правильный ответ? 1. Этиотропная. 2. Патогенетическая терапия 3. Симптоматическая терапия. 4. Заместительная терапия 5. Профилактическая терапия. А) проводится для устранения отдельных проявлений болезни; Б) терапия направлена на устранение причины болезни; В) направлена на устранение или подавление механизмов развития болезни; Г) проводится для предупреждения заболеваний; Д) используется при недостаточности естественных биологически активных веществ.

## №3

1. Психическое состояние, возникающее в процессе деятельности, характеризующееся понижением устойчивости психических и двигательных функций вплоть до дезинтеграции деятельности. Укажите его: а) напряжение; б) +напряженность.

2. Комплекс мероприятий, направленных на формирование у спортсмена особого состояния, позволяющего ему наиболее эффективно реализовать свои возможности: а) ауторегуляция; б) гетерорегуляция; в) +психорегуляция
3. Этот процесс предполагает приспособление организма, направленное на условиях существования. Назовите его. а) +адаптация; б) привыкание; в) мобилизация.
4. Совокупность медицинских, психологических, методических и организационных мер, направленных на восстановление спортивной работоспособности и функционального состояния организма, нарушенных вследствие перенесенных заболеваний, травм и предельных физических напряжений. Укажите ее. а) психогигиена спорта; б) псих - профилактика спорта; в) +реабилитация.

### **Примерное задание на практическое задание**

1. Препарат, содержащий эффективную форму аминокислот и микроэлементов — L-карнитина, лизина, кофермента витамина B12 — кобамамида, кофермента витамина B6 — пиридоксаль-5-фосфата, это:
- А) Кардонат;  
Б) Милдронат;  
В) Фосфаден;  
Г) Натрия оксибутират.
2. Регулирует окислительно-восстановительные процессы, обладает сосудорасширяющим действием, участвует в биосинтезе порфиринов:
- А) Фосфаден;  
Б) Натрия оксибутират;  
В) Предуктал;  
Г) Милдронат.
3. Производное имидазола, обладающее цитопротекторным действием на миокард:
- А) Милдронат;  
Б) Предуктал;  
В) Фосфаден;  
Г) Рибоксин.
4. Обладает антигипоксическими, антиаритмическими свойствами, оказывает анаболическое действие:
- А) Милдронат;  
Б) Предуктал;  
В) Фосфаден;  
Г) Рибоксин.
5. Блокируя биосинтез переносчика жирных кислот карнитина, сохраняет достаточный уровень АТФ, предупреждает нарушение процесса аэробного окисления глюкозы, способствует биосинтезу; естественного ингибитора биосинтеза карнитина L-бутиробетина. Препарат также активизирует ферменты гексокиназу и пируватдегидрогеназу. нормализует тонус кровеносных сосудов, предупреждает развитие гипертрофии миокарда:
- А) Милдронат;  
Б) Предуктал;  
В) Фосфаден;  
Г) Рибоксин.

Заполните таблицу: Заполните ячейки таблицы из списка препаратов:

1. Тиамин хлорид (Thiamin chloridum) Ампулы по 1 мл 2,5% р-ра, таблетки по 0,002 (0,01) г
2. Кокарбоксилаза (Cocarboxylasum) Ампулы, содержащие по 0,05 г порошка
3. Кислота аскорбиновая (Acidum ascorbinicum) Ампулы по 1 и 2 мл 5% и 10% р-ра, драже по 0,05 г, таблетки по 0,05 (0,1) г
4. Кислота никотиновая (Acidum nicotinicum) Ампулы по 1 мл 0,1% р-ра, таблетки по 0,05 г
5. Цианокобаламин (Cyanocobalaminum) Ампулы по 1 мл 0,01%, 0,02%, и 0,05% р-ра
6. Эргокальциферол (Ergocalciferolum) Флаконы по 10 мл 0,125% и 0,5% масляного р-ра
7. «Панангин» («Panangin») Драже и ампулы по 10 мл р-ра Магния сульфат (Magnesii sulfas) Порошок, ампулы 20 и 25% р-ра по 5, 10 и 20 мл
8. Раствор натрия хлорида 0,9% (изотонический) (Solutio Natrii chloridi isotonica)

| Фармакологическая группа                                          | Лекарственное средство |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------|
| 1) для профилактики рахита)                                       |                        |
| 2) витаминный препарат для лечения гиперхромной анемии;           |                        |
| 3) для профилактики пеллагры;                                     |                        |
| 4) регулирующее фосфорно-кальциевый обмен;                        |                        |
| 5) витаминный препарат для стимуляции регенерации;                |                        |
| 6) для профилактики цинги;                                        | 3                      |
| 7) витаминный препарат для лечения полиневрита;                   |                        |
| 8) витаминный препарат, понижающий проницаемость мембран;         |                        |
| 9) при ацидозе диабетического происхождения;                      |                        |
| 10) витаминный препарат, стимулирующий функцию коры надпочечников |                        |
| 11) витаминный препарат с сосудорасширяющей активностью           |                        |
| 12) витаминный препарат при миокардиодистрофии;                   |                        |
| 13) гиполипидемическое средство;                                  |                        |

### Примерные темы рефератов

1. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в подготовительном периоде.
2. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в подготовительном периоде, в зависимости от вида спорта.
3. Основные фармпрепараты и их применение в подготовительном периоде.
4. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в базовом периоде годичного цикла подготовки.

5. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в базовом периоде годичного цикла подготовки, в зависимости от вида спорта.
6. Основные фармпрепараты и их применение в базовом периоде годичного цикла подготовки.
7. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в предсоревновательном периоде.
8. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в предсоревновательном периоде, в зависимости от вида спорта.
9. Основные фармпрепараты и их применение в предсоревновательном периоде
10. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в соревновательном периоде.
11. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения спортсмена в соревновательном периоде в зависимости от вида спорта.
12. Основные фармпрепараты и их применение в соревновательном периоде.
13. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения восстановительных процессов.
14. Основные принципы и задачи фармакологического обеспечения восстановительных процессов у спортсмена, в зависимости от вида спорта.
15. Фармкоррекция неблагоприятных состояний у спортсмена.
16. Фармкоррекция переутомления у спортсмена.
17. Фармкоррекция иммунодефицита у спортсмена.
18. Фармкоррекция относительного объема мышечной массы у спортсмена.

#### **Перечень примерных вопросов к устному опросу**

1. Предмет и задачи фармакологии.
2. История развития фармакологии.
3. Фармакодинамика и фармакокинетика. Пути введения лекарственных средств.
4. Всасывание лекарственных средств.
5. Распределение лекарственных средств в организме.
6. Метаболизм. Выведение лекарственных средств.
7. Предмет и задачи фармакологии.
8. Зоны энергообеспечения спортсмена.
9. Факторы, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена.
10. Фармкоррекция в подготовительном периоде.
11. Фармкоррекция в базовом периоде.
12. Фармакологические средства, применяемые на предсоревновательном этапе.
13. Витамины. Жирорастворимые витамины.
14. Водорастворимые витамины.
15. Поливитаминные средства.
16. Фармакологические средства, применяемые на соревновательном этапе.
17. Ноотропные средства. Характеристика препаратов, способы их применения.
18. Общетонизирующие средства. Характеристика препаратов, способы их применения.
19. Фармакологические средства, применяемые на восстановительном этапе.
20. Гепатопротекторы. Характеристика препаратов, способы их применения.
21. Иммуномодуляторы. Характеристика препаратов, способы их применения.
22. Анаболические препараты. Характеристика препаратов, способы их применения.
23. Нарушения деятельности систем и органов: перенапряжение центральной нервной системы, перенапряжение сердечно-сосудистой системы, перенапряжение печени (печеночно-болевой синдром), перенапряжение нервно-мышечного аппарата (мышечно-болевой синдром).
24. Клиническая характеристика синдромов,

25. Фармакологическая коррекция.
26. Допинг: общая характеристика; Олимпийская хартия в аспекте отказа от приема допинговых препаратов;
27. Медицинский кодекс Международного Олимпийского Комитета; сроки элиминации некоторых препаратов; анаболические стероиды
28. Процедура допингового контроля и возможные подтасовки биопроб.
29. Основные клинические симптомы и необходимые мероприятия при отравлении.
30. Топическое лечение травм.

### **Примерные темы для подготовки презентаций**

1. Методы и формы презентации фармакологических препаратов различных групп и механизмы их действия.
2. Общие требования к антидопинговому контролю (безвредность, отсутствие побочных эффектов, разрешенность к применению спортсменами).
3. Медицинская комиссия МОК.
4. Методы продвижения фармакологической продукции в физкультурно-спортивной деятельности.
5. Маркетинговая деятельность в спорте.
6. Презентация лекарственных препаратов на различных этапах спортивной деятельности.

### **Примерный перечень вопросов для зачета**

1. Введение в фармакологию в спорте. Цель и основные задачи спортивной фармакологии.
2. Фармакокинетика лекарственных веществ: пути и способы введения лекарств; абсорбция, транспорт лекарственных веществ; метаболизм лекарственных веществ, пути элиминации лекарств из организма.
3. Фармакодинамика. Виды действия лекарств. Повторное введение лекарственных веществ. Кумуляция, привыкание, толерантность, зависимость, тахифилаксия.
4. Фармакологическая характеристика основных групп препаратов, используемых спортсменами.
5. Аминокислотные препараты и белковые продукты повышенной биологической ценности.
6. Витамины. Минеральные вещества. Ферментные препараты. Антиоксиданты. Антигипоксанта.
7. Стимуляторы кроветворения и кровообращения.
8. Психоэнергизирующие средства.
9. Анаболические средства.
10. Гепатопротекторы и желчегонные средства.
11. Иммунокорректирующие средства.
12. Адаптогенты растительного и животного происхождения, а также препараты некоторых других групп (например, энергизирующие средства (субстраты энергетического обмена), антиоксиданты, электролиты и минералы, углеводные насыщенные смеси, комбинированные препараты и др.).
13. Актопротекторы.
14. Фармакологические средства на различных этапах подготовки спортсменов (восстановительный период, подготовительный период /базовый этап подготовки/, предсоревновательный период подготовки, соревновательный период).
15. Допинг: общая характеристика; Олимпийская хартия в аспекте отказа от приема допинговых препаратов;

16. Медицинский кодекс Международного Олимпийского Комитета;
17. Сроки элиминации некоторых препаратов;
18. Анаболические стероиды.
19. Процедура допингового контроля и возможные подтасовки биопроб.
20. Острые отравления допингами: наркотические анальгетики /морфин, героин, кодеин, опий, про- медол/, барбитураты /фенобарбитал, барбамил, барбитал, амобарбитал, секбутабарбитал и др./, алкоголь, амфетамины, стрихнин, секуренин, эфедрин.
21. Основные клинические симптомы и необходимые мероприятия при отравлении.
22. Фальсифицированные допинги. Фармакологическое обеспечение и питание спортсменов по видам спорта.
23. Примерная схема применения препаратов в видах спорта, тренирующих выносливость (циклические виды)
24. Примерная схема применения препаратов в скоростно-силовые виды спорта
25. Примерная схема применения препаратов в единоборства
26. Примерная схема применения препаратов в координационные виды спорта
27. Примерная схема применения препаратов в игровые виды спорта
28. Принципы, цель и задачи фармакологического обеспечения восстановительных процессов у спортсмена, на примере конкретного вида спорта.
29. Научно-методические основы фармакоррекции переутомления у спортсмена.
30. Фармакологическая реабилитация психологического состояния спортсмена после значительного нервно-психического напряжения.
32. Принципы, цель и задачи фармакологической коррекции иммунитета у спортсмена.
33. Принципы, цель и задачи фармакологической коррекции относительного объема мышечной массы тела у спортсмена.

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

Максимальное количество баллов, которое может набрать обучающийся в течение семестра за текущий контроль, равняется 80 баллам.

Максимальное количество баллов, которые обучающийся может получить на зачете равняется 20 баллам.

Формой промежуточной аттестации является зачет, который проходит в форме устного собеседования по вопросам.

**Шкала оценивания зачета**

| <b>Критерии оценивания</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Баллы</b> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| студент быстро и самостоятельно готовится к ответу; при ответе полностью раскрывает сущность поставленного вопроса; способен проиллюстрировать свой ответ конкретными примерами; демонстрирует понимание проблемы и высокий уровень ориентировки в ней; формулирует свой ответ самостоятельно, используя лист с письменным вариантом ответа лишь как опору, структурирующую ход рассуждения | 20           |
| студент самостоятельно готовится к ответу; при ответе раскрывает основную сущность поставленного вопроса; демонстрирует понимание проблемы и достаточный уровень ориентировки в ней, при этом затрудняется в приведении конкретных примеров.                                                                                                                                                | 10           |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| студент готовится к ответу, прибегая к некоторой помощи; при ответе не в полном объеме раскрывает сущность поставленного вопроса, однако, при этом, демонстрирует понимание проблемы.                                                                                                                                                                | 5 |
| студент испытывает выраженные затруднения при подготовке к ответу, пытается воспользоваться недопустимыми видами помощи; при ответе не раскрывает сущность поставленного вопроса; не ориентируется в рассматриваемой проблеме; оказываемая стимулирующая помощь и задаваемые уточняющие вопросы не способствуют более продуктивному ответу студента. | 0 |

### **Итоговая шкала выставления оценки по дисциплине**

Итоговая оценка по дисциплине выставляется по приведенной ниже шкале. При выставлении итоговой оценки преподавателем учитывается работа студента в течение всего срока освоения дисциплины, а также баллы, полученные на промежуточной аттестации за 9 семестр.

| <b>Баллы, полученные обучающимся в течение освоения дисциплины</b> | <b>Оценка по дисциплине</b> |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| 41-100                                                             | Зачтено                     |
| 0-40                                                               | Не зачтено                  |

### **6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение учебной дисциплины**

Основная литература:

1. Олейник, С.А. и др. Спортивная фармакология и диетология. — М. : ООО “И.Д. Вильямс”, 2008. — 256 с. : ил.
2. Макарова, Г.А. Спортивная медицина: Учебник / Г.А. Макарова. — 3-е изд., стереотип. - М.: Советский спорт, 2012. — 280 с.: ил.

Дополнительная литература:

3. Детская спортивная медицина / Под ред. С.Б. Тихвинского, С.В. Хрущева. - М.: Медицина, 2000. — 365с.

#### **Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1. <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> /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://members.fortunecity.com/healthdoc/default.htm>;
4. <http://lib.sportedu.ru>.

### **7. Методические указания по освоению учебной дисциплины:**

#### **7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ 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](http://fgosvo.ru) – Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

[pravo.gov.ru](http://pravo.gov.ru) - Официальный интернет-портал правовой информации

[www.edu.ru](http://www.edu.ru) – Федеральный портал Российское образование

Свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

ОМС Плеер (для воспроизведения Электронных Учебных Модулей)

7-zip

Google Chrome

**9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- учебные аудитории для проведения учебных занятий, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: учебной мебелью, доской, демонстрационным оборудованием, персональными компьютерами, проектором;

- помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде.