

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
"Амурский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной и научной  
работе

                    Лейфа                    А.В. Лейфа

« 1 » сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
«СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА И КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ В ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ»

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями  
подготовки)

Направленность (профиль) образовательной программы – Физическая культура и  
дополнительное образование Спортивная подготовка

Квалификация выпускника – Бакалавр

Год набора – 2023

Форма обучения – Очная

Курс     3     Семестр     6    

Экзамен 6 сем

Общая трудоемкость дисциплины 180.0 (академ. час), 5.00 (з.е)

Составитель О.В. Юречко, доцент, канд. пед. наук

Факультет социальных наук

Кафедра психологии и педагогики



Рабочая программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта ВО для направления подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 22.02.18 № 125

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры психологии и педагогики

01.09.2023 г. , протокол № 1

Заведующий кафедрой Лейфа А.В. Лейфа

СОГЛАСОВАНО

Учебно-методическое управление

Чалкина Н.А. Чалкина

« 1 » сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Выпускающая кафедра

Лейфа А.В. Лейфа

« 1 » сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Научная библиотека

Петрович О.В. Петрович

« 1 » сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Центр цифровой трансформации и  
технического обеспечения

Тодосейчук А.А. Тодосейчук

« 1 » сентября 2023 г.

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Цель дисциплины:**

формирование у студентов компетенций, направленных на способность проводить оценку физического и функционального состояния занимающихся физической культурой и спортом.

### **Задачи дисциплины:**

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что студент должен

Знать:

- теоретические аспекты спортивной медицины (историю, основы общей и спортивной патологии);
- методы оценки физического развития занимающихся физической культурой и спортом;
- основные методы изучения и оценки различных показателей функционального состояния органов и систем с учетом двигательной нагрузки;
- особенности контроля за влиянием физической нагрузки на организм у лиц разного пола и возраста;
- организацию и содержание врачебного наблюдения и контроля при занятиях физической культурой и спортом;
- классификацию и общие принципы использования средств повышения спортивной работоспособности и ускорения восстановительных процессов;
- правила оказания неотложной помощи при наиболее частных травмах и острых патологических состояниях при занятиях спортом.

Уметь:

- использовать методы оценки физического развития занимающихся физической культурой и спортом;
- применять методы изучения и оценки различных показателей функционального состояния органов и систем с учетом двигательной нагрузки;
- обеспечивать контроль за влиянием физической нагрузки на организм у лиц разного пола и возраста;
- организовать совместно со специалистами наблюдение и контроль при занятиях физической культурой и спортом;
- использовать средств повышения спортивной работоспособности и ускорения восстановительных процессов у спортсменов;
- оказать неотложную помощь при наиболее частных травмах и острых патологических состояниях при занятиях спортом.

Владеть:

- методами оценки физического развития занимающихся физической культурой и спортом;
- методикой тестирования функционального состояния различных систем организма;
- методикой исследования и оценки общей и специальной физической работоспособности;
- методикой и трактовкой врачебно-педагогических наблюдений;
- организацией медицинского обеспечения спортивных соревнований.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО**

Дисциплина «Спортивная медицина и комплексный контроль в физической культуре» входит в блок 1 обязательной части дисциплин образовательной программы (ОП) «Физическая культура и Дополнительное образование (спортивная подготовка)».

Знания по дисциплине «Спортивная медицина и комплексный контроль в физической культуре» базируется на теоретических и практических дисциплинах базовой и вариативной частей образовательной программы медико-биологического цикла: «Анатомия», «Физиология», «Возрастная анатомия, физиология, гигиена». Дисциплина научно-методической направленности «Основы научно-методической деятельности в

физической культуре и спорте», «Лечебная физическая культура и массаж». Полученные в процессе освоения знания, умения и навыки могут быть использованы при написании выпускной квалификационной работы

### 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

#### 3.1 Общепрофессиональные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
Контроль и оценка формирования результатов образования	ОПК-5 Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении	<p>ИД-1ОПК-5. Знать: научные представления о результатах образования, путях их достижения и способах оценки; нормативно- правовые, этические, психологические и педагогические закономерности, принципы и методические особенности осуществления контроля и оценки сформированности образовательных результатов обучающихся, выявления и психолого- педагогической коррекции трудностей в обучении в мониторинговом режиме</p> <p>ИД-2ОПК-5 Уметь: определять и реализовывать формы, методы и средства осуществления контроля и оценки сформированности образовательных результатов обучающихся, выявления и психолого- педагогической коррекции групповых и индивидуальных трудностей в обучении в мониторинговом режиме</p> <p>ИД-3ОПК-5 Владеть: приемами и алгоритмами реализации контроля и оценки сформированности образовательных результатов обучающихся, выявления и психолого- педагогической коррекции групповых и индивидуальных трудностей в обучении в мониторинговом режиме; приемами объективной оценки знаний обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей.</p>

#### 4. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5.00 зачетных единицы, 180.0 академических часов.

1 – № п/п

2 – Тема (раздел) дисциплины, курсовая работа (проект), промежуточная аттестация

3 – Семестр

4 – Виды контактной работы и трудоемкость (в академических часах)

4.1 – Л (Лекции)

4.2 – Лекции в виде практической подготовки

4.3 – ПЗ (Практические занятия)

4.4 – Практические занятия в виде практической подготовки

4.5 – ЛР (Лабораторные работы)

4.6 – Лабораторные работы в виде практической подготовки

4.7 – ИКР (Иная контактная работа)

4.8 – КТО (Контроль теоретического обучения)

4.9 – КЭ (Контроль на экзамене)

5 – Контроль (в академических часах)

6 – Самостоятельная работа (в академических часах)

7 – Формы текущего контроля успеваемости

1	2	3	4									5	6	7
			4.1	4.2	4.3	4.4	4.5	4.6	4.7	4.8	4.9			
1	Общая патология. Основы общей патологии	6	2		2								4	Опрос
2	Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы спортсменов	6	4		2		2						6	Опрос. Лабораторная работа
3	Оценка общей работоспособности спортсмена. Максимальное потребление кислорода (МПК), методы определения и оценка	6	2		4		4						8	Опрос. Лабораторная работа
4	Оценка функционального состояния системы внешнего дыхания спортсменов	6	4		4		4						8	Опрос. Лабораторная работа

5	Оценка функционального состояния нервной системы спортсменов	6	2		4		2					8	Опрос. Лабораторная работа
6	Врачебно-педагогические наблюдения	6	2		2		2					8	Опрос. Лабораторная работа
7	Содержание комплексного контроля за юными спортсменами	6	4		2		4					8	Опрос. Лабораторная работа
8	Спортивный травматизм.	6	2		2							6	Опрос
9	Неотложные состояния при занятиях спортом	6	2		2							8	Опрос
10	Спортивная патология	6	4		2							8	Опрос
11	Экзамен	6								0.3	35.7		экзамен
	Итого			28.0		26.0		18.0	0.0	0.0	0.3	35.7	72.0

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1. Лекции

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)
1	Общая патология. Основы общей патологии	Понятие о здоровье и норме. Понятие о предболезни. Оценка адаптационного потенциала системы кровообращения (Р.М. Баевский). Понятие о болезни. Классификация болезней. Периоды болезни. Понятие об этиологии. Внешние этиологические факторы возникновения болезней. Внутренние этиологические факторы возникновения болезней. Понятие о реактивности и резистентности. Понятие об иммунитете. Иммунная система, виды иммунитета. Понятие о наследственности. Конституция. Типы конституции по М.В. Черноруцкому (1949). Понятие о патогенезе. Типовой патологический процесс.
2	Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы спортсменов	Анатомия сердечно-сосудистой системы. Методика проведения и оценки функциональных проб с физической нагрузкой. Оценка частоты сердечных сокращений, систолического и диастолического артериального давления, пульсового давления спортсменов в состоянии покоя. Комбинированная проба С.П. Летунова. Проба Руфье. Определение показателя качества реакции сердечно-сосудистой системы по формуле Кушелевского-Зискина. Проба Руфье. Спортивное сердце.

		Инструментальные методы исследования сердечно-сосудистой системы у спортсменов.
3	Оценка общей работоспособности спортсмена. Максимальное потребление кислорода (МПК), методы определения и оценка	Оценка общей физической работоспособности спортсменов. Гарвардский степ-тест. Тест PWC170 (Physical Working Capacity). Тест Новакки. Максимальное потребление кислорода (МПК), методы определения и оценка
4	Оценка функционального состояния системы внешнего дыхания спортсменов	Анатомия дыхательной системы. Внешнее и внутреннее дыхание. Методы исследования системы внешнего дыхания. Показатели функционального состояния системы внешнего дыхания. Функциональные пробы системы внешнего дыхания.
5	Оценка функционального состояния нервной системы спортсменов	Типы высшей нервной системы по И.П. Павлову. Вегетативная нервная система. Координационная функция нервной системы. Анализаторы. Оценка функционального состояния анализаторов. Теппинг- тест. Инструментальные методы исследования нервной системы.
6	Врачебно- педагогические наблюдения	Врачебно- педагогические наблюдения. Формы и методы врачебно- педагогических наблюдений. Оценка состояния здоровья детей и подростков. Медицинские группы для занятий физической культурой в средних и высших учебных заведениях. Ускоренный метод оценки уровня физического состояния (Е.А. Пирогова).
7	Содержание комплексного контроля за юными спортсменами	Краткая характеристика морфофункциональных и психологических особенностей детей школьного возраста. Содержание комплексного контроля за юными спортсменами. Особенности организации занятий физической культурой и спортом в детском и подростковом возрасте. Средства восстановления юных спортсменов. Экспресс- оценка физического здоровья школьников.
8	Спортивный травматизм.	Общая характеристика спортивного травматизма. Понятие о травмах. «ПЛДП» – «Покой, Лед, Давление и Подъем» – метод самолечения спортивных травм (Майкели Лайл, 1997. Повреждения кожных покровов. Кровотечения, виды, признаки, способы остановки. Травматические вывихи. Переломы и их классификация. ЧМТ. Сотрясение сердца. Понятие о травматическом шоке. Первая помощь при травмах.
9	Неотложные состояния при занятиях спортом	Обморочные (синкопальные) состояния. Понятие о гипогликемии. Солнечный удар. Тепловой удар. Тепловой коллапс. Синдром диссеминированного внутрисосудистого свертывания крови (ДВС-синдром). Спонтанный пневмоторакс. Криотравма (холодовая травма). Переохлаждение (общее



		охлаждение). Отморожения. Утопление. Внезапная смерть в спорте. Понятие о внезапной смерти в спорте. Заболевания, являющиеся наиболее частой причиной внезапной смерти при занятиях спортом. Внезапное прекращение кровообращения.
10	Спортивная патология	Понятие об утомлении и переутомлении. Хроническое физическое перенапряжение. Спортивная неврология Хроническое перенапряжение ЦНС (перетренированность). Заболевания нервной системы у спортсменов Иммунная система при занятиях спортом. Особенности иммунной системы спортсменов. Хроническое физическое перенапряжение иммунной системы. Спортивная пульмонология. Спортивная кардиология. Хроническое физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы. Заболевания сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Спортивная гастроэнтерология Хроническое физическое перенапряжение пищеварительной системы. Заболевания пищеварительной системы у спортсменов. Спортивная нефрология. Система мочевого выделения при занятиях спортом. Хроническое физическое перенапряжение мочевыделительной системы. Заболевания мочевыделительной системы. Хроническое физическое перенапряжение системы крови.

## 5.2. Практические занятия

Наименование темы	Содержание темы
Общая патология. Основы общей патологии	Понятие о здоровье и норме. Понятие о предболезни. Оценка адаптационного потенциала системы кровообращения (Р.М. Баевский). Понятие о болезни. Классификация болезней. Периоды болезни. Понятие об этиологии. Внешние этиологические факторы возникновения болезней Внутренние этиологические факторы возникновения болезней Понятие о реактивности и резистентности Понятие об иммунитете Иммунная система, виды иммунитета. Понятие о наследственности. Конституция. Типы конституции по М.В. Черноруцкому (1949). Понятие о патогенезе. Типовой патологический процесс.
Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы спортсменов	Анатомия сердечно-сосудистой системы. Методика проведения и оценки функциональных проб с физической нагрузкой. Оценка частоты сердечных сокращений, систолического и диастолического артериального давления, пульсового давления спортсменов в состоянии покоя. Комбинированная проба С.П. Летунова. Проба Руфье. Определение показателя качества реакции сердечно-сосудистой системы по формуле Кушелевского-Зискина. Проба Руфье. Спортивное сердце.

	Инструментальные методы исследования сердечно-сосудистой системы у спортсменов.
Оценка общей работоспособности спортсмена. Максимальное потребление кислорода (МПК), методы определения и оценка	Оценка общей физической работоспособности спортсменов. Гарвардский степ-тест. Тест PWC170 (Physical Working Capacity). Тест Новакки. Максимальное потребление кислорода (МПК), методы определения и оценка
Оценка функционального состояния системы внешнего дыхания спортсменов	Анатомия дыхательной системы. Внешнее и внутреннее дыхание. Методы исследования системы внешнего дыхания. Показатели функционального состояния системы внешнего дыхания. Функциональные пробы системы внешнего дыхания.
Оценка функционального состояния нервной системы спортсменов	Типы высшей нервной системы по И.П. Павлову. Вегетативная нервная система. Координационная функция нервной системы. Анализаторы. Оценка функционального состояния анализаторов. Теппинг-тест. Инструментальные методы исследования нервной системы.
Врачебно-педагогические наблюдения	Врачебно-педагогические наблюдения. Формы и методы врачебно-педагогических наблюдений. Оценка состояния здоровья детей и подростков. Медицинские группы для занятий физической культурой в средних и высших учебных заведениях. Ускоренный метод оценки уровня физического состояния (Е.А. Пирогова).
Содержание комплексного контроля за юными спортсменами	Краткая характеристика морфофункциональных и психологических особенностей детей школьного возраста. Содержание комплексного контроля за юными спортсменами. Особенности организации занятий физической культурой и спортом в детском и подростковом возрасте. Средства восстановления юных спортсменов. Экспресс-оценка физического здоровья школьников
Спортивный травматизм.	Общая характеристика спортивного травматизма. Понятие о травмах. «ПЛДП» – «Покой, Лед, Давление и Подъем» – метод самолечения спортивных травм (Майкели Лайл, 1997. Повреждения кожных покровов. Кровотечения, виды, признаки, способы остановки. Травматические вывихи. Переломы и их классификация. ЧМТ. Сотрясение сердца. Понятие о травматическом шоке. Первая помощь при травмах.
Неотложные состояния при занятиях спортом	Обморочные (синкопальные) состояния. Понятие о гипогликемии. Солнечный удар. Тепловой удар. Тепловой коллапс. Синдром диссеминированного внутрисосудистого свертывания крови (ДВС-синдром). Спонтанный пневмоторакс. Криотравма (холодовая травма). Переохлаждение (общее охлаждение). Отморожения. Утопление. Внезапная смерть в спорте. Понятие о внезапной смерти в спорте. Заболевания, являющиеся наиболее частой причиной внезапной смерти при занятиях спортом.

	Внезапное прекращение кровообращения.
Спортивная патология	<p>Понятие об утомлении и переутомлении. Хроническое физическое перенапряжение. Спортивная неврология. Хроническое перенапряжение ЦНС (перетренированность). Заболевания нервной системы у спортсменов. Иммунная система при занятиях спортом. Особенности иммунной системы спортсменов. Хроническое физическое перенапряжение иммунной системы. Спортивная пульмонология. Спортивная кардиология. Хроническое физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы. Заболевания сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Спортивная гастроэнтерология. Хроническое физическое перенапряжение пищеварительной системы. Заболевания пищеварительной системы у спортсменов. Спортивная нефрология. Система мочевого выделения при занятиях спортом. Хроническое физическое перенапряжение мочевыделительной системы. Заболевания мочевыделительной системы. Хроническое физическое перенапряжение системы крови.</p>

### 5.3. Лабораторные занятия

Наименование темы	Содержание темы
Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы спортсменов	Методика проведения и оценки функциональных проб с физической нагрузкой. Проба Мартини. Оценка частоты сердечных сокращений, систолического и диастолического артериального давления, пульсового давления спортсменов в состоянии покоя. Комбинированная проба С.П. Летунова. Проба Руфье. Определение показателя качества реакции сердечно-сосудистой системы по формуле Кушелевского-Зискина. Проба Руфье. Спортивное сердце.
Оценка общей работоспособности спортсмена. Максимальное потребление кислорода (МПК), методы определения и оценка	Оценка общей физической работоспособности спортсменов. Гарвардский степ-тест. Тест PWC170 (Physical Working Capacity). Тест Новакки. Максимальное потребление кислорода (МПК), методы определения и оценка
Оценка функционального состояния системы внешнего дыхания спортсменов	Методы исследования системы внешнего дыхания. Показатели функционального состояния системы внешнего дыхания. Функциональные пробы системы внешнего дыхания. Спирометрия. Индекс Тиффно-Вотчала. Максимальная вентиляция легких. Определение коэффициента резервных возможностей дыхания.
Оценка функционального состояния нервной системы спортсменов	Оценка функционального состояния анализаторов. Оценка вестибулярного анализатора. Оценка двигательного анализатора. Оценка кожного анализатора. Теппинг-тест. Инструментальные

	методы исследования нервной системы.
Врачебно- педагогические наблюдения	Врачебно- педагогические наблюдения. Формы и методы врачебно- педагогических наблюдений. Оценка состояния здоровья детей и подростков. Экспресс-оценка физического здоровья школьников (Хрущев С.В., Поляков С.Д., Иванов И.Л.). Ускоренный метод оценки уровня физического состояния (Е.А. Пирогова).
Содержание комплексного контроля за юными спортсменами	Экспресс-оценка физического здоровья школьников

## 6. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)	Трудоемкость в академических часах
1	Общая патология. Основы общей патологии	Чтение специальной литературы. Подготовка к опросу	4
2	Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы спортсменов	Чтение специальной литературы Лабораторная работа	6
3	Оценка общей работоспособности спортсмена. Максимальное потребление кислорода (МПК), методы определения и оценка	Чтение специальной литературы Лабораторная работа	8
4	Оценка функционального состояния системы внешнего дыхания спортсменов	Чтение специальной литературы Лабораторная работа	8
5	Оценка функционального состояния нервной системы спортсменов	Чтение специальной литературы Лабораторная работа	8
6	Врачебно- педагогические наблюдения	Чтение специальной литературы Лабораторная работа	8
7	Содержание комплексного контроля за юными спортсменами	Чтение специальной литературы Лабораторная работа	8
8	Спортивный травматизм.	Чтение специальной литературы Подготовка к опросу	6

9	Неотложные состояния при занятиях спортом	Чтение специальной литературы Подготовка к опросу	8
10	Спортивная патология	Чтение специальной литературы Подготовка к опросу	8

## 7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При освоении дисциплины используются различные сочетания видов контактной работы с методами и формами активизации познавательной деятельности студентов для достижения запланированных результатов обучения и формирования компетенций.

На лекционных и практических занятиях используются активные и интерактивные формы проведения занятий (проблемная лекция, анализ конкретных ситуаций, задачный метод, групповая работа).

При работе используется диалоговая форма ведения лекций с постановкой и решением проблемных задач, обсуждением дискуссионных моментов и т.д.

При проведении практических занятий создаются условия для максимально самостоятельного выполнения заданий. Поэтому при проведении практического занятия преподавателю рекомендуется:

1. Провести экспресс- опрос (устно или в тестовой форме) по теоретическому материалу, необходимому для выполнения работы (с оценкой).
2. Проверить правильность выполнения заданий, подготовленных студентом дома (с оценкой).

Любое практическое занятие включает самостоятельную проработку теоретического материала и изучение методики решения практических задач. Некоторые задачи содержат элементы научных исследований, которые могут потребовать углубленной самостоятельной проработки теоретического материала.

При организации внеаудиторной самостоятельной работы по данной дисциплине преподавателю рекомендуется использовать следующие ее формы: конспектирование темы по вопросам; выполнение индивидуального домашнего задания; выполнение практических заданий для самостоятельной проработки студентами; самостоятельное изучение темы; подготовка докладов; подготовка раздаточного материала; выполнение тренировочных упражнений; выполнение реконструктивной самостоятельной работы; выполнение творческой самостоятельной работы; подготовка к индивидуальному собеседованию.

## 8. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций, а также методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков отражены в фонде оценочных средств по дисциплине.

Критерии оценки опроса (устного ответа на семинаре)

Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умения применять определения, правила в конкретных случаях.

Критерии оценивания:

1. Полнота и правильность ответа.
2. Степень осознанности, понимания изученного.
3. Языковое оформление ответа.

Оценка «отлично» ставится, если студент:

- 1) полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий;
- 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, привести

необходимые примеры не только из учебников, но и самостоятельно составленные;

3) излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

Оценка «хорошо» ставится, если студент:

1) дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для отметки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но:

1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий;

2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;

3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.

Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

Критерии оценивания устного ответа на экзамене

Оценка «5» (отлично) ставится, если студент:

1) полно раскрыто содержание материала билета;

2) материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности, точно используется терминология;

3) показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации;

4) продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость компетенций, умений и навыков;

5) ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов;

6) допущены одна - две неточности при освещении второстепенных вопросов, которые исправляются по замечанию.

Оценка «4» (хорошо) ставится, если:

ответ студента удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет один из недостатков:

1) в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа;

2) допущены один - два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию экзаменатора;

3) допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию экзаменатора.

Оценка «3» (удовлетворительно) ставится, если:

1) неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала;

2) имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов;

3) при неполном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность компетенций, умений и навыков, студент не может применить теорию в новой ситуации.

Оценка «2» (неудовлетворительно) ставится, если:

1) не раскрыто основное содержание учебного материала;

2) обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала;

3) допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов;

4) не сформированы компетенции, умения и навыки.

#### Лабораторные работы

##### Занятие 1

Лабораторная работа №1. Провести исследование физического развития методами соматоскопия и соматометрия. Дать характеристику типов телосложения по М.В. Черноруцкому и определить свой тип телосложения по предложенной схеме.

Лабораторная работа №2. Провести исследование стоп методом соматоскопии, по плантограмме оценить форму своей стопы.

Лабораторная работа №3. Оценить физическое развитие методом: антропометрических стандартов, индексов, корреляции, перцентилей.

Лабораторная работа №4. По полученным показателям начертить антропометрический профиль.

Написать заключение с рекомендацией.

##### Занятие 2

Лабораторная работа № 1 Измерение показателей частоты, ритма, характеристику наполнения и напряжения пульса.

Лабораторная работа №2. Провести пробу Руфье и оценить степень физической подготовленности студента. Определить показатели качества реакции сердечно-сосудистой системы по формуле Кушелевского-Зискина

Лабораторная работа №3. Измерение АД в покое мембранным тонометром.

Лабораторная работа №4. Провести пробу Летунова и оценить работоспособность спортсмена по показателям ЧСС и АД, определить преимущества комбинированной пробы над простыми одномоментными пробами.

Лабораторная работа №5. Определить и оценить тип реакции испытуемого на нагрузку

##### Занятие 3-4

Лабораторная работа № 1. Провести Гарвардский степ-тест и дать оценку

Лабораторная работа № 2. Провести Тест PWC170 (Physical Working Capacity) и дать оценку.

Лабораторная работа № 3 Провести Тест Новакки и дать оценку.

Лабораторная работа № 4. Определить максимальное потребление кислорода (МПК),

##### Занятие 5

Лабораторная работа № 1. Определить частоту дыханий за 1 мин. в покое и после 20 приседаний.

Лабораторная работа №2. Провести функциональные пробы Штанге, Генчи, Розенталя, Серкина и дать оценку функциональному состоянию дыхательной системы испытуемого.

Лабораторная работа №3. Провести определение ЖЕЛ в покое и после физической нагрузки.

Лабораторная работа №4. Рассчитать основной объем по таблицам Гарриса-Бенедикта.

Лабораторная работа №5 Провести функциональные пробы до нагрузки и после нее и дать им оценку.

Лабораторная работа № 6. Вычислить Индекс Тиффно-Вотчала

##### Занятие 6

Определение функционального состояния анализаторов

Лабораторная работа №1. Пробы на остроту слуха и зрения.

Лабораторная работа №2. Пробы на оценку вестибулярного аппарата.

Лабораторная работа №3. Координационные пробы.

Лабораторная работа №4. Провести исследование двигательного анализатора.

Лабораторная работа №5. Пробы на вегетативную нервную систему: дермографизм, ортоклиностатическую.

Все показатели занести в протокол и дать оценку функциональному состоянию нервной системы.

#### Занятие 7-8

Лабораторная работа №1. Провести ВПН в процессе учебного занятия в спортивном зале, используя оперативную форму ВПН.

Лабораторная работа №2. Составить протокол ВПН, начертить «физиологические кривые» и оценить их, дать рекомендации по функциональному состоянию и дальнейшему построению занятий.

Лабораторная работа № 3 Экспресс- оценка физического здоровья школьников (Хрущев С.В., Поляков С.Д., Иванов И.Л.).

Лабораторная работа № 4. Ускоренный метод оценки уровня физического состояния (Е.А. Пирогова).

#### Занятие № 9

Лабораторная работа № 1 Провести экспресс- оценку физического состояния школьника

#### Задания для самостоятельной работы

1. Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы спортсменов
2. Провести исследование стоп методом соматоскопии, по плантограмме оценить форму своей стопы.
3. Методом соматоскопии дать общую характеристику осанки партнера
4. Описать режим питания в недельном режиме занятий
5. Оценка общей работоспособности спортсмена. Максимальное потребление кислорода (МПК), методы определения и оценка
6. Методом пальпации определить пульс на лучевой(сонной) артерии и дать оценку показателей частоты, ритма, характеристику наполнения и напряжения пульса
7. Оценка функционального состояния системы внешнего дыхания спортсменов
8. Оценка функционального состояния нервной системы спортсменов
9. Врачебно-педагогические наблюдения
10. Провести МПН на тренировочном занятии и провести тренд-анализ.
11. Содержание комплексного контроля за юными спортсменами
12. Врачебно-педагогические наблюдения
13. Содержание комплексного контроля за юными спортсменами
14. Спортивная патология
15. Составить план использования средств восстановления в недельном цикле с учетом своей специализации.
16. Составить дневник самоконтроля спортсмена по предложенной схеме.

#### Вопросы к экзамену по дисциплине

1. Понятие о здоровье и норме. Понятие о предболезни.
2. Оценка адаптационного потенциала системы кровообращения.
3. Понятие о болезни. Классификация болезней. Периоды болезней.
4. Понятие об этиологии. Внешние этиологические факторы возникновения болезней
5. Внутренние этиологические факторы возникновения болезней. Понятие о реактивности и резистентности.
6. Понятие об иммунитете Иммунная система, виды иммунитета.
7. Понятие о наследственности.
8. Физическое развитие, методы исследования его и оценки. Факторы, влияющие на физическое развитие. Конституция. Типы конституции по М.В. Черноруцкому (1949).
9. Понятие о патогенезе. Типовой патологический процесс.
10. Анатомия сердечно-сосудистой системы. Методика проведения и оценки



функциональных проб с физической нагрузкой.

11. Оценка частоты сердечных сокращений, систолического и диастолического артериального давления, пульсового давления спортсменов в состоянии покоя.
12. Комбинированная проба С.П. Летунова. Проба Руфье.
13. Определение показателя качества реакции сердечно-сосудистой системы по формуле Кушелевского-Зискина. Проба Руфье. Спортивное сердце.
14. Инструментальные методы исследования сердечно-сосудистой системы у спортсменов.
15. Оценка общей физической работоспособности спортсменов. Гарвардский степ-тест.
16. Тест PWC170 (Physical Working Capacity).
17. Тест Новакки. Максимальное потребление кислорода (МПК), методы определения и оценка
18. Анатомия дыхательной системы. Внешнее и внутреннее дыхание. Методы исследования системы внешнего дыхания.
19. Показатели функционального состояния системы внешнего дыхания. Функциональные пробы системы внешнего дыхания.
20. Типы высшей нервной системы по И.П. Павлову.
21. Вегетативная нервная система.
22. Координационная функция нервной системы.
23. Анализаторы. Оценка функционального состояния анализаторов.
24. Теппинг-тест.
25. Инструментальные методы исследования нервной системы.
26. Врачебно-педагогические наблюдения. Формы и методы врачебно-педагогических наблюдений.
27. Оценка состояния здоровья детей и подростков.
28. Медицинские группы для занятий физической культурой в средних и высших учебных заведениях.
29. Ускоренный метод оценки уровня физического состояния (Е.А. Пирогова).
30. Характеристика морфофункциональных и психологических особенностей детей школьного возраста.
31. Содержание комплексного контроля за юными спортсменами.
32. Особенности организации занятий физической культурой и спортом в детском и подростковом возрасте.
33. Средства восстановления юных спортсменов.
34. Экспресс-оценка физического здоровья школьников.
35. Общая характеристика спортивного травматизма. Понятие о травмах.
36. Повреждения кожных покровов. Кровотечения, виды, признаки, способы остановки.
37. Травматические вывихи. Переломы и их классификация.
38. Черепно-мозговые травмы
39. Сотрясение сердца.
40. Понятие о травматическом шоке.
41. Первая помощь при травмах.
42. Обморочные (синкопальные) состояния.
43. Понятие о гипогликемии.
44. Солнечный удар. Тепловой удар. Тепловой коллапс.
45. Синдром диссеминированного внутрисосудистого свертывания крови (ДВС-синдром).
46. Спонтанный пневмоторакс.
47. Криотравма (холодовая травма). Переохлаждение (общее охлаждение). Отморожения.
48. Утопление. виды, первая помощь, профилактика, выявление признаков жизни и смерти.
49. Внезапная смерть в спорте. Понятие о внезапной смерти в спорте. Заболевания,

являющиеся наиболее частой причиной внезапной смерти при занятиях спортом. Внезапное прекращение кровообращения.

50. Понятие об утомлении и переутомлении. Хроническое физическое перенапряжение.

51. Спортивная неврология Хроническое перенапряжение ЦНС (перетренированность). Заболевания нервной системы у спортсменов

52. Иммунная система при занятиях спортом. Особенности иммунной системы спортсменов. Хроническое физическое перенапряжение иммунной системы.

53. Спортивная пульмонология.

54. Спортивная кардиология. Хроническое физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы. Заболевания сердечно-сосудистой системы у спортсменов.

55. Спортивная гастроэнтерология Хроническое физическое перенапряжение пищеварительной системы. Заболевания пищеварительной системы у спортсменов.

56. Спортивная нефрология. Система мочевого выделения при занятиях спортом.

57. Хроническое физическое перенапряжение мочевыделительной системы. Заболевания мочевыделительной системы.

58. Хроническое физическое перенапряжение системы крови.

59. Специальное питание спортсменов. Особенности питания в тренировочном и соревновательном периодах.

60. Врачебный контроль за женщинами и лицами пожилого возраста

## **9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **а) литература**

1. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518928> (дата обращения: 07.04.2023).

2. Белова, Л. В. Спортивная медицина : учебное пособие / Л. В. Белова. — Ставрополь : СКФУ, 2016. — 149 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/155305> (дата обращения: 07.04.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина : учебное пособие. Курс лекций и практические занятия / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. — Москва : Издательство «Спорт», Человек, 2018. — 712 с. — ISBN 978-5-906839-52-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/77241.html> (дата обращения: 07.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

4. Миллер, Л. Л. Спортивная медицина : учебное пособие / Л. Л. Миллер. — Москва : Человек, 2015. — 184 с. — ISBN 978-5-906131-47-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/27601.html> (дата обращения: 07.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

5. Тулякова, О. В. Комплексный контроль в физической культуре и спорте : учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 106 с. — ISBN 978-5-4497-0494-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/93804.html> (дата обращения: 07.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/93804>

6. Белоцерковский, З. Б. Эргометрические и кардиологические критерии физической работоспособности у спортсменов : учебное пособие / З. Б. Белоцерковский. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 352 с. — ISBN 978-5-8114-4374-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/206984> (дата обращения: 07.04.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

7. Спортивная медицина : справочник для врачей и тренеров / С. Браун Хармон,

Адамс Боб, Гудьонссон Биргир [и др.]; перевод А. Гнетова, Л. Потанич, М. Прокопьева. — Москва : Человек, 2013. — 328 с. — ISBN 978-5-906131-10-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/27602.html> (дата обращения: 07.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

8. Спортивная медицина : учебник / составитель В. П. Власова. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2019. — 322 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/163498> (дата обращения: 07.04.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

9. Функциональная диагностика в спортивной медицине : учебно-методическое пособие / А. В. Калинин, Д. Ю. Бутко, Л. А. Даниленко [и др.]. — Санкт-Петербург : СПбГПМУ, 2018. — 44 с. — ISBN 978-5-6040615-9-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174396> (дата обращения: 07.04.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

б) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

№	Наименование	Описание
1	Автоматизированная информационная библиотечная система «ИРБИС 64»	Лицензия коммерческая по договору №945 от 28 ноября 2011 года.
2	Операционная система Linux	GNU-лицензия (GNU General Public License)
3	Электронная библиотечная система «IPRbooks» <a href="http://www.iprbookshop.ru">www.iprbookshop.ru</a>	В ЭБС предоставлен доступ к изданиям по всем основным направлениям знаний (естественным, техническим, медицинским, общественным и гуманитарным наукам). ЭБС предназначена для использования в процессе обучения в высшей школе, как студентами и преподавателями, так и специалистами
4	Электронная библиотечная система «Юрайт» <a href="http://www.ura.it.ru">www. https:// urait.ru</a>	В ЭБС предоставлен доступ к изданиям по всем основным направлениям знаний (естественным, техническим, медицинским, общественным и гуманитарным наукам). ЭБС предназначена для использования в процессе обучения в высшей школе, как студентами и преподавателями, так и специалистами
5	Электронная библиотечная система «Лань» <a href="https://e.lanbook.com/book">https:// e.lanbook.com/book</a>	В ЭБС предоставлен доступ к изданиям по всем основным направлениям знаний (естественным, техническим, медицинским, общественным и гуманитарным наукам). ЭБС предназначена для использования в процессе обучения в высшей школе, как студентами и преподавателями, так и специалистами
6	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	Российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования

в) профессиональные базы данных и информационные справочные системы

№	Наименование	Описание
1	Google Scholar	Поисковая система по полным текстам научных публикаций всех форматов и дисциплин

**10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Занятия по дисциплине проводятся в специальных помещениях представляющих собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, а также текущего контроля и промежуточной аттестации.

Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации для большой аудитории. Все помещения, в которых проводятся занятия, соответствуют действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечным системам и к электронной информационно-образовательной среде университета.

Перечень материально-технического обеспечения включает лекционные аудитории (оборудованные видеопроекторным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения, экраном и имеющие выход в сеть в Интернет), помещения для проведения практических занятий (оборудованные учебной мебелью), библиотеку (имеющую рабочие места для студентов, оснащенные компьютерами с доступом к базам данных и сети Интернет), компьютерные классы. Учебный процесс обеспечен необходимым комплектом лицензионного программного обеспечения.

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в помещениях, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета».