

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИ ТГУ)

Факультет физической культуры

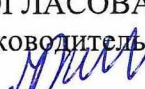



В.Г. Шилько

« 22 » 02 20 22 г.

**Оценочные материалы дисциплины**  
**СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА**  
по направлению подготовки **49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм**

Направленность (профиль) подготовки / специализация:  
**«Разработка и управление программами в рекреации и туризме»**  
Форма обучения  
**Очная**  
Квалификация  
**Бакалавр**

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель ОПОП  
 Л. В. Капилевич

Председатель УМК  
 Ю. А. Карвунис

**Оценочные материалы дисциплины (ОМД)** являются элементом системы оценивания сформированности компетенций у обучающихся в целом или на определенном этапе ее формирования.

Оценочные материалы дисциплины разрабатываются в соответствии с рабочей программой дисциплины (РПД) и включают в себя набор материалов для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике.

### **1. Компетенции и результаты обучения, формируемые в результате освоения дисциплины**

В результате освоения дисциплины «Спортивная медицина» у обучающегося формируются следующие *компетенции*:

– ОПК 6 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.

Результатами освоения дисциплины являются следующие *индикаторы достижения компетенций*:

– ИОПК 6.1 Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности;

– ИОПК 6.2 Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.

Код и наименование *результатов обучения* (планируемые результаты обучения):

– ОР-6.1.1 Обучающийся сможет понимать какие существуют угрозы и какова степень опасности внешних и внутренних факторов в процессе физкультурно-спортивной деятельности;

– ОР-6.1.2 Обучающийся сможет провести оценку функционального состояния организма занимающихся, в том числе оценить толерантность организма к физическим нагрузкам;

– ОР-6.1.3 Обучающийся сможет интерпретировать результаты оценки функционального состояния организма занимающихся, в том числе в ходе врачебно-педагогических наблюдений;

– ОР-6.2.1 Обучающийся сможет анализировать причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний у лиц, занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;

– ОР-6.2.2 Обучающийся сможет владеть навыками оказания первой помощи.

## Критерии оценивания результатов обучения на зачёте

Компетенция	Индикатор компетенции	Код результатов обучения	Критерии оценивания результатов обучения	
			<i>не зачтено</i>	<i>зачтено</i>
ОПК 6	ИОПК 6.1	ОР-6.1.1	отсутствие знаний или фрагментарные и несистематизированные знания программного материала об угрозах и степени опасности внешних и внутренних факторов в процессе физкультурно-спортивной деятельности	полное знание программного материала об угрозах и степени опасности внешних и внутренних факторов в процессе физкультурно-спортивной деятельности
		ОР-6.1.2	отсутствие знаний или фрагментарные и несистематизированные знания программного материала по вопросам функционального тестирования; отсутствие умений и навыков организации и проведения функционального тестирования (принципиальные ошибки при демонстрации методики тестирования)	полное знание программного материала по вопросам функционального тестирования; наличие умений и навыков организации и проведения функционального тестирования (отсутствие ошибок при демонстрации методики тестирования)
		ОР-6.1.3	отсутствие знаний или фрагментарные и несистематизированные знания программного материала по вопросам оценки функционального состояния организма занимающихся; принципиальные ошибки при интерпретации результатов функционального тестирования	полное знание программного материала по вопросам оценки функционального состояния организма занимающихся; отсутствие ошибок при интерпретации результатов функционального тестирования

Компетенция	Индикатор компетенции	Код результатов обучения	Критерии оценивания результатов обучения	
			<i>не зачтено</i>	<i>зачтено</i>
ОПК 6	ИОПК 6.2	ОР-6.2.1	отсутствие знаний или фрагментарные и несистематизированные знания программного материала по вопросам спортивного травматизма и заболеваний у лиц, занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью	полное знание программного материала по вопросам спортивного травматизма и заболеваний у лиц, занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью
		ОР-6.2.2	отсутствие знаний или фрагментарные и несистематизированные знания программного материала по вопросам оказания первой помощи; отсутствие умений и навыков оказания первой помощи (принципиальные ошибки при демонстрации навыков первой помощи)	полное знание программного материала по вопросам оказания первой помощи; наличие умений и навыков оказания первой помощи (отсутствие ошибок при демонстрации навыков первой помощи)

Таблица 2

## Критерии оценивания результатов обучения на экзамене

Компетенция	Индикатор компетенции	Код результатов обучения	Критерии оценивания результатов обучения			
			<i>неудовлетворительно</i>	<i>удовлетворительно</i>	<i>хорошо</i>	<i>отлично</i>
ОПК 6	ИОПК 6.1.	ОР-6.1.1	отсутствие знаний программного материала об угрозах и степени опасности внешних и внутренних факторов в процессе физкультурно-спортивной деятельности	фрагментарные и несистематизированные знания программного материала об угрозах и степени опасности внешних и внутренних факторов в процессе физкультурно-спортивной деятельности	наличие несущественных ошибок при демонстрации знаний программного материала об угрозах и степени опасности внешних и внутренних факторов в процессе физкультурно-спортивной деятельности	полное знание программного материала об угрозах и степени опасности внешних и внутренних факторов в процессе физкультурно-спортивной деятельности
		ОР-6.1.2	отсутствие знаний программного материала по вопросам функционального тестирования; отсутствие умений и навыков организации и проведения функционального тестирования)	фрагментарные и несистематизированные знания программного материала по вопросам функционального тестирования; принципиальные ошибки при демонстрации методики функционального тестирования	наличие несущественных ошибок при демонстрации знаний программного материала по вопросам функционального тестирования; наличие несущественных ошибок при демонстрации методики функционального тестирования	полное знание программного материала по вопросам функционального тестирования; наличие умений и навыков организации и проведения функционального тестирования (отсутствие ошибок при демонстрации методики тестирования)

Компетенция	Индикатор компетенции	Код результатов обучения	Критерии оценивания результатов обучения			
			<i>неудовлетворительно</i>	<i>удовлетворительно</i>	<i>хорошо</i>	<i>отлично</i>
ОПК 6	ИОПК 6.1	ОР-6.1.3	отсутствие знаний программного материала по вопросам оценки функционального состояния организма занимающихся; отсутствие умений и навыков интерпретации результатов функционального тестирования	фрагментарные и несистематизированные знания программного материала по вопросам оценки функционального состояния организма занимающихся; принципиальные ошибки при интерпретации результатов функционального тестирования	наличие несущественных ошибок при демонстрации знаний программного материала по вопросам оценки функционального состояния организма занимающихся; наличие несущественных ошибок при демонстрации умений и навыков интерпретации результатов функционального тестирования	полное знание программного материала по вопросам оценки функционального состояния организма занимающихся; отсутствие ошибок при интерпретации результатов функционального тестирования
	ИОПК 6.2	ОР-6.2.1	отсутствие знаний программного материала по вопросам спортивного травматизма и заболеваний у лиц, занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью	фрагментарные и несистематизированные знания программного материала по вопросам спортивного травматизма и заболеваний у лиц, занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью	наличие несущественных ошибок при демонстрации знаний программного материала по вопросам спортивного травматизма и заболеваний у лиц, занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью	полное знание программного материала по вопросам спортивного травматизма и заболеваний у лиц, занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью

Компетенция	Индикатор компетенции	Код результатов обучения	Критерии оценивания результатов обучения			
			<i>неудовлетворительно</i>	<i>удовлетворительно</i>	<i>хорошо</i>	<i>отлично</i>
ОПК 6	ИОПК 6.2	ОР-6.2.2	отсутствие знаний программного материала по вопросам оказания первой помощи; отсутствие умений и навыков оказания первой помощи	фрагментарные и несистематизированные знания программного материала по вопросам оказания первой помощи; принципиальные ошибки при демонстрации навыков первой помощи	наличие несущественных ошибок при демонстрации знаний программного материала по вопросам оказания первой помощи; наличие несущественных ошибок при демонстрации умений и навыков первой помощи	полное знание программного материала по вопросам оказания первой помощи; наличие умений и навыков оказания первой помощи (отсутствие ошибок при демонстрации навыков первой помощи)

## 2. Этапы формирования компетенций и виды оценочных средств

Таблица 3

№	Этапы формирования компетенций (разделы дисциплины)	Код результатов обучения	Вид оценочного средства (тесты, задания, кейсы, вопросы и др.)
1	Введение в курс «Спортивная медицина»	ОР-6.1.1	вопросы, задание
2	Иммунная реактивность у спортсменов	ОР-6.1.1	тест, задание
3	Физическое развитие и телосложение спортсменов	ОР-6.1.1	тест, задание, доклад (сообщение)
4	Морфофункциональные особенности организма спортсменов	ОР-6.1.1	тест, задание, доклад (сообщение)
5	Функциональные пробы в оценке уровня функциональной готовности и физической работоспособности спортсмена	ОР-6.1.2, ОР-6.1.3	задание, практические работы
6	Медицинское обеспечение массовой физической культуры	ОР-6.1.1, ОР-6.2.1	вопросы, ситуационные задачи (кейсы)
7	Врачебный контроль и самоконтроль	ОР-6.1.3	вопросы, задание
8	Оказание первой помощи	ОР-6.2.2	вопросы, практическая работа, ситуационные задачи (кейсы)
9	Спортивный травматизм	ОР-6.1.1	вопросы, реферат, доклад (сообщение)
10	Заболевания и патологические состояния у спортсменов при нерациональных занятиях спортом	ОР-6.1.1	тест, задание, доклад (сообщение)
11	Медицинские средства восстановления спортивной работоспособности	ОР-6.1.1	тест, задание, доклад (сообщение)

### 3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки образовательных результатов обучения

#### 3.1. Типовые задания для проведения текущего контроля успеваемости

##### *Примеры тестовых заданий*

1. Диспансерное наблюдение спортсменов предусматривает все следующие виды обследования, кроме...

Выберите один ответ:

- a. основное, дополнительное, повторное
- b. первичное, текущее, дополнительное
- c. перед занятием спортом и ежегодно 1 раз в год
- d. общее, специализированное, перед соревнованием

2. Для занятий физическим воспитанием выделяют следующие медицинские группы

Выберите один ответ:

- a. физически подготовленные, слабо физически подготовленные, физически не подготовленные



- b. сильная, ослабленная, специальная
  - c. основная, подготовительная, специальная
  - d. без отклонений в состоянии здоровья; с незначительными отклонениями в состоянии здоровья; больные
3. Ведущая роль в создании отечественной школы спортивной медицины принадлежит ...
- Выберите один ответ:
- a. Семашко Н. А.
  - b. Граевской Н. Д.
  - c. Летунову С. П.
  - d. Гориневскому В. В.
4. Контингент спортсменов и физкультурников, подлежащий диспансеризации во врачебно-физкультурном диспансере, составляют...
- Выберите один или несколько ответов:
- a. юные спортсмены, учащиеся спортшкол и ДСО
  - b. лица, занимающиеся массовой физкультурой
  - c. спортсмены сборных команд по видам спорта республик и городов
  - d. учащиеся школ, вузов, отнесенные к спецгруппам для занятий физвоспитанием
5. Какие внешние условия препятствуют развитию болезни?
- Выберите один или несколько ответов:
- a. благополучная социальная среда
  - b. оптимальный режим труда и отдыха
  - c. приобретенный иммунитет
  - d. видовой иммунитет
6. Какие внешние условия способствуют развитию заболевания?
- Выберите один или несколько ответов:
- a. неполное голодание
  - b. неправильная организация трудовой деятельности
  - c. аномалия конституции
  - d. диатезы

#### *Пример задания для самостоятельной работы*

Задание. Термин «здоровье»: множественность определения

Найдите два источника, в которых дается определение термина «здоровье» (научные публикации, энциклопедическая запись и прочие источники). Проведите сравнительный анализ определений по шаблону, выделив общее и различное в сравниваемых определениях. Шаблон ответа прилагается.

#### *Примерный перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы*

1. Влияние гиподинамии на состояние здоровья и функциональное состояние организма человека.

2. Влияние физической нагрузки различной интенсивности и объема на функциональное состояние органов пищеварения.
3. Возрастные группы и их морфофункциональные особенности. Понятие о биологическом возрасте.
4. Возрастные группы юных граждан, их морфофункциональные особенности. Паспортный и биологический возраст.
5. Динамика показателей внешнего дыхания у спортсменов в тренировочном макроцикле. Часто встречающиеся заболевания органов дыхания у спортсменов, причины их развития, меры профилактики.
6. Значение спортивной медицины в повышении эффективности тренировочного процесса и его оптимизация.
7. Изменение гемодинамики при натуживании. Проба с натуживанием. Методика проведения пробы, оценка результатов.
8. Изменение состава мочи после физической нагрузки различной интенсивности и длительности.
9. Изменение уровня АД у спортсменов. Понятие о вегето-сосудистой дистонии по гипотоническому типу.
10. Изменения в организме человека в процессе старения. Принципы распределения на группы взрослого населения для занятий физической культурой.
11. Медицинский отбор детей и подростков для занятий спортом.
12. Методы исследования физического развития (соматоскопия, антропометрия, фотометрия и др.).
13. Методы оценки физического развития: антропометрических стандартов, индексов и др.
14. Организация спортивной медицины в стране.
15. Основное содержание этапов развития отечественной спортивной медицины.
16. Основные принципы дозирования физической нагрузки для людей среднего и пожилого возраста, занимающихся физической культурой.
17. Особенности врачебного контроля за спортсменами в различных географических условиях.
18. Особенности врачебного контроля за юными спортсменами.
19. Особенности состава крови у спортсменов. Влияние физической нагрузки на состав крови. Понятие о миогенном лейкоцитозе.
20. Особенности течения заболеваний у спортсменов.
21. Особенности физического развития и телосложения спортсменов, занимающихся избранным видом спорта.
22. Особенности функционального состояния внешнего дыхания у спортсменов. Динамика показателей внешнего дыхания у спортсменов в тренировочном макроцикле.
23. Показания к применению фармакологических тестов, условия их проведения.
24. Показатели высокой производительности ССС у спортсменов.

25. Показатели, характеризующие экономичность в деятельности ССС.
26. Понятие о физиологической (рабочей) гипотонии.
27. Понятие о физическом развитии, телосложении и конституции человека.
28. Права и обязанности врача на спортивных соревнованиях и учебно-тренировочных сборах.
29. Роль ВПН в оптимизации и повышении эффективности тренировочного процесса.
30. Роль двигательной активности в профилактике заболеваний ССС, дыхательной и других систем организма.
31. Роль катехоламинов в обеспечении адаптивных реакций организма спортсмена к физической нагрузке.
32. Роль медицинских средств ускоряющих восстановительные процессы в подготовке высококвалифицированных спортсменов.
33. Роль тренера в предупреждении предпатологических состояний.
34. Роль тренера в профилактике нарушений деятельности ССС у спортсменов.
35. Роль тренера в профилактике острых патологических состояний.
36. Роль физической культуры в профилактике и лечении заболеваний внутренних систем организма человека.
37. Роль физической культуры в сохранении и укреплении здоровья человека. Роль физической культуры в профилактике и лечении заболеваний внутренних систем организма человека.
38. Роль физической культуры в сохранении и укреплении здоровья человека.
39. Секс-контроль в спорте.
40. Содержание диспансерного метода наблюдения за спортсменами для сохранения и укрепления здоровья, повышения функционального резерва спортсмена; профилактика различных отклонений в деятельности организма.
41. Содержание работы врачебно-физкультурных диспансеров и спортивно-медицинских центров.
42. Функциональные пробы для лиц среднего и пожилого возраста, занимающихся физической культурой.
43. Частые причины перехода острых заболеваний в хронические. Пути распространения инфекционных заболеваний, пути распространения болезненного процесса в организме человека.

#### *Темы практических работ*

1. Сбор анамнеза спортсмена
2. Показатели физического развития: соматоскопическое исследование
3. Показатели физического развития: антропометрическое исследование
4. Функциональное состояние нервной системы и нервно-мышечного аппарата
5. Функциональное состояние дыхательной системы
6. Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы
7. Функциональные пробы с физическими нагрузками

8. Определение физической работоспособности
9. Основы первой медицинской помощи

В ходе изучения дисциплины студенты готовят реферативные сообщения по предложенным темам по спортивному травматизму. Работы следует писать по следующему плану:

- I. Дать характеристику спортивной травмы (причины, какие системы или органы страдают, от какого патологического процесса, стадии заболевания, течения, исходы, функциональные нарушения, возникающие в органах и системах при данном заболевании).
- II. Описать принципы оказания первой медицинской помощи.
- III. Кратко описать рекомендуемое лечение.
- IV. Представить план профилактики повторного травматизма.

#### *Примерная тематика рефератов*

1. Хроническая нестабильность плечевого сустава (плечо пловца)
2. Латеральный эпикондилит (локоть теннисиста)
3. Травмы зубов в хоккее
4. Ушиб головного мозга у боксеров
5. Травма коленного сустава
6. Бросковые травмы локтя

#### 3.2. Типовые задания для проведения промежуточной аттестации

**ОПК 6** Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

**ИОПК 6.1** Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности

1. Адаптогены и антиоксиданты, их влияние на организм спортсмена. Показания к применению адаптогенов и антиоксидантов у спортсменов.
2. Антидопинговый контроль в спорте, группы допинговых препаратов, процедура проведения антидопингового контроля.
3. Витамины, витаминные комплексы; показания к применению у спортсменов.
4. Врачебно-педагогические наблюдения (ВПН) за спортсменами. Задачи, содержание ВПН
5. Гарвардский степ-тест. Методика проведения пробы, оценка результатов.
6. Динамика основных показателей ССС у спортсменов в тренировочном макроцикле.
7. Дистрофия миокарда в результате хронического физического перенапряжения

8. Инструментальные методы исследования ЦНС. Наиболее частые причины нарушений функционального состояния ЦНС у спортсменов, понятие о неврозах.
9. Комбинированная, трехмоментная функциональная проба (проба Летунова). Методика проведения, общие принципы оценки результатов пробы. Краткая характеристика типов ответных реакций на пробу Летунова.
10. Лечебные и восстановительные кремы, мази, гели; показания к применению, методика использования у спортсменов.
11. Методы исследования остроты зрения, цветного зрения и поля зрения. Противопоказания к занятиям спортом в связи с нарушением зрения у человека.
12. Методы исследования слуха у спортсменов, влияние различных видов спорта на функциональное состояние слухового анализатора. Противопоказания к занятиям спортом в связи с отклонениями в деятельности слухового аппарата.
13. Методы исследования ССС (ЭКГ, ЭхоКГ, ФКГ).
14. Методы исследования физического развития (соматоскопия, антропометрия, фотометрия и др.).
15. Методы определения АД, нормальный уровень АД у спортсменов в покое и его динамика при выполнении физической нагрузки различной мощности и объема.
16. Методы определения ЧСС. ЧСС в покое и при выполнении физической нагрузки различной мощности и объема.
17. Методы оценки физического развития: антропометрических стандартов, индексов и др.
18. Морфофункциональные особенности девочек, девушек и женщин. Врачебный контроль за девочками, девушками и женщинами, занимающимися спортом.
19. Морфофункциональные особенности лиц среднего и пожилого возраста.
20. Общая характеристика заболеваемости среди спортсменов. Влияние специфика спорта на характер заболеваемости спортсменов.
21. Общее представление о наиболее часто встречающихся у спортсменов заболеваниях ПНС (радикулит, невралгия, неврит).
22. Общие принципы формирования медико-биологических восстановительных комплексов для спортсменов.
23. Оздоровительное значение массовой физической культуры.
24. Основные принципы дозирования физической нагрузки для лиц среднего и пожилого возраста.
25. Особенности вагосимпатического баланса у спортсменов.
26. Особенности спортивного травматизма. Причины и механизмы спортивных повреждений.
27. Особенности физического развития и телосложения спортсменов, занимающихся различными видами спорта.
28. Показания к применению медицинских средств, ускоряющих восстановительные процессы в организме спортсмена

29. Показания к применению фармакологических средств у спортсменов. Препараты пластического действия, их влияние на организм спортсмена. Препараты энергетического действия, их влияние на организм спортсмена.
30. Показатели, характеризующие функциональное состояние внешнего дыхания.
31. Понятие «болезнь». Биологическая сущность болезни.
32. Понятие «здоровье». Факторы, определяющие состояние здоровья человека.
33. Понятие о «спортивном» сердце. Структурные особенности «спортивного» сердца.
34. Понятие о физиологической гипертрофии миокарда, эхокардиографические признаки физиологической гипертрофии миокарда.
35. Понятие о физическом развитии, телосложении и конституции человека.
36. Понятие о функциональной готовности и физической работоспособности человека. Понятие о тренированности.
37. Понятие об асептике и антисептике, антисептические средства.
38. Понятие об ортостатической устойчивости; изменение гемодинамики при изменении положения тела из горизонтального в вертикальное. Методика проведения активной ортостатической пробы. Оценка результатов пробы.
39. Понятие об остром и хроническом физическом перенапряжении. Признаки перенапряжений; неотложная помощь при остром физическом перенапряжении.
40. Понятие об утомлении и переутомлении. Общее представление о предпатологических состояниях.
41. Простейшие методы исследования состояния ЦНС; показатели, характеризующие функциональное состояние ЦНС.
42. Простейшие методы исследования функционального состояния вестибулярного анализатора: координаторные и вращательные пробы.
43. Простейшие пробы с использованием физической нагрузки. Методика их проведения и оценка результатов.
44. Самоконтроль спортсмена. Задачи и содержание самоконтроля, субъективные и объективные показатели самоконтроля.
45. Современное представление о перетренированности спортсмена. Причины перетренированности, наиболее характерные признаки перетренированности; лечение, меры профилактики.
46. Современные требования к медицинским тестам и условиям тестирования.
47. Тест PWC170, теоретические основы теста, методика проведения, оценка результатов.
48. Тест Купера, методика проведения теста (2 варианта теста), оценка результатов.
49. Тест Новакки. Методика проведения теста, способ дозирования нагрузки в тесте. Оценка результатов тестирования.
50. Фармакологические средства, ускоряющие восстановление и повышающие спортивную работоспособность, их краткая характеристика и требования к ним.

51. Физические средства, их влияние на организм человека. Показания к применению физических средств восстановления у спортсменов.
52. Функциональные тесты для самоконтроля.
53. Функциональные тесты, используемые при ВПН (проба с повторными нагрузками и дополнительной нагрузкой), методика, оценка результатов.
54. Цели и задачи спортивной медицины. Основные этапы развития отечественной спортивной медицины.

**ОПК 6** Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

**ИОПК 6.2** Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.

1. Виды кровотечения, признаки различных видов кровотечения. Способы остановки различных видов кровотечения.
2. Виды раневой инфекции, их краткая характеристика, меры профилактики.
3. Виды, содержание и время проведения врачебных обследований спортсменов.
4. Назначение мягких повязок, общие правила наложения мягких повязок. Методика наложения повязок на голову, туловище, конечности.
5. Общая характеристика закрытых повреждений, виды закрытых повреждений, доврачебная помощь.
6. Открытые повреждения у спортсменов, доврачебная помощь при открытых повреждениях.
7. Повреждение коленного сустава (связок, менисков), наиболее характерные признаки повреждения, доврачебная помощь.
8. Повреждение костей и надкостницы у спортсменов, признаки повреждений, доврачебная помощь.
9. Раны, их разновидности, общие признаки, доврачебная помощь при различных ранах.
10. Растяжения, надрывы и полные разрывы связок, признаки повреждений, доврачебная помощь.
11. Ушибы мягких тканей, признаки повреждения, доврачебная помощь.
12. Содержание диспансерного метода наблюдения за спортсменами.
13. Ссадины, потертости, признаки повреждений, первая доврачебная помощь.
14. Повреждения и заболевания мышц у спортсменов; характерные признаки этих патологических состояний, доврачебная помощь, меры профилактики.
15. Общие принципы формирования медицинских групп для занятий физической культурой юных граждан.

16. Абсолютные и относительные противопоказания к занятиям физической культуры для взрослого населения разного возраста. Самоконтроль при занятиях массовой физической культурой.

17. Вывихи суставов, виды вывихов, признаки повреждения, доврачебная помощь.

*Примерный перечень вопросы к зачёту*

1. Гарвардский степ-тест. Методика проведения пробы, оценка результатов.
2. Динамика основных показателей ССС у спортсменов в тренировочном макроцикле.
3. Дистрофия миокарда в результате хронического физического перенапряжения
4. Инструментальные методы исследования ЦНС. Наиболее частые причины нарушений функционального состояния ЦНС у спортсменов, понятие о неврозах.
5. Комбинированная, трехмоментная функциональная проба (проба Летунова). Методика проведения, общие принципы оценки результатов пробы. Краткая характеристика типов ответных реакций на пробу Летунова.
6. Методы исследования остроты зрения, цветного зрения и поля зрения. Противопоказания к занятиям спортом в связи с нарушением зрения у человека.
7. Методы исследования слуха у спортсменов, влияние различных видов спорта на функциональное состояние слухового анализатора. Противопоказания к занятиям спортом в связи с отклонениями а деятельности слухового аппарата.
8. Методы исследования ССС (ЭКГ, ЭхоКГ, ФКГ).
9. Методы исследования физического развития (соматоскопия, антропометрия, фотометрия и др.).
10. Методы определения АД, нормальный уровень АД у спортсменов в покое и его динамика при выполнении физической нагрузки различной мощности и объема.
11. Методы определения ЧСС. ЧСС в покое и при выполнении физической нагрузки различной мощности и объема.
12. Методы оценки физического развития: антропометрических стандартов, индексов и др.
13. Морфофункциональные особенности девочек, девушек и женщин. Врачебный контроль за девочками, девушками и женщинами, занимающимися спортом.
14. Морфофункциональные особенности лиц среднего и пожилого возраста.
15. Особенности вагосимпатического баланса у спортсменов.
16. Особенности физического развития и телосложения спортсменов, занимающихся различными видами спорта.
17. Показатели, характеризующие функциональное состояние внешнего дыхания.
18. Понятие «болезнь». Биологическая сущность болезни.



19. Понятие «здоровье». Факторы, определяющие состояние здоровья человека.
20. Понятие о физиологической гипертрофии миокарда, эхокардиографические признаки физиологической гипертрофии миокарда.
21. Понятие о физическом развитии, телосложении и конституции человека.
22. Понятие о функциональной готовности и физической работоспособности человека. Понятие о тренированности.
23. Понятие об ортостатической устойчивости; изменение гемодинамики при изменении положения тела из горизонтального в вертикальное. Методика проведения активной ортостатической пробы. Оценка результатов пробы.
24. Простейшие методы исследования состояния ЦНС; показатели, характеризующие функциональное состояние ЦНС.
25. Простейшие методы исследования функционального состояния вестибулярного анализатора: координаторные и вращательные пробы.
26. Простейшие пробы с использованием физической нагрузки. Методика их проведения и оценка результатов.
27. Современные требования к медицинским тестам и условиям тестирования.
28. Содержание диспансерного метода наблюдения за спортсменами.
29. Тест РWC170, теоретические основы теста, методика проведения, оценка результатов.
30. Тест Купера, методика проведения теста (2 варианта теста), оценка результатов.
31. Тест Новакки. Методика проведения теста, способ дозирования нагрузки в тесте. Оценка результатов тестирования.
32. Функциональные тесты для самоконтроля.
33. Функциональные тесты, используемые при ВПН (проба с повторными нагрузками и дополнительной нагрузкой), методика, оценка результатов.
34. Цели и задачи спортивной медицины. Основные этапы развития отечественной спортивной медицины.

*Примерный перечень вопросы к экзамену*

18. Абсолютные и относительные противопоказания к занятиям физической культуры для взрослого населения разного возраста. Самоконтроль при занятиях массовой физической культурой.
19. Адаптогены и антиоксиданты, их влияние на организм спортсмена. Показания к применению адаптогенов и антиоксидантов у спортсменов.
20. Антидопинговый контроль в спорте, группы допинговых препаратов, процедура проведения антидопингового контроля.
21. Виды кровотечения, признаки различных видов кровотечения. Способы остановки различных видов кровотечения.
22. Виды раневой инфекции, их краткая характеристика, меры профилактики.
23. Виды, содержание и время проведения врачебных обследований спортсменов.

24. Витамины, витаминные комплексы; показания к применению у спортсменов.
25. Врачебно-педагогические наблюдения (ВПН) за спортсменами. Задачи, содержание ВПН
26. Вывихи суставов, виды вывихов, признаки повреждения, доврачебная помощь.
27. Гарвардский степ-тест. Методика проведения пробы, оценка результатов.
28. Динамика основных показателей ССС у спортсменов в тренировочном макроцикле.
29. Дистрофия миокарда в результате хронического физического перенапряжения
30. Инструментальные методы исследования ЦНС. Наиболее частые причины нарушений функционального состояния ЦНС у спортсменов, понятие о неврозах.
31. Комбинированная, трехмоментная функциональная проба (проба Летунова). Методика проведения, общие принципы оценки результатов пробы. Краткая характеристика типов ответных реакций на пробу Летунова.
32. Лечебные и восстановительные кремы, мази, гели; показания к применению, методика использования у спортсменов.
33. Методы исследования остроты зрения, цветного зрения и поля зрения. Противопоказания к занятиям спортом в связи с нарушением зрения у человека.
34. Методы исследования слуха у спортсменов, влияние различных видов спорта на функциональное состояние слухового анализатора. Противопоказания к занятиям спортом в связи с отклонениями в деятельности слухового аппарата.
35. Методы исследования ССС (ЭКГ, ЭхоКГ, ФКГ).
36. Методы исследования физического развития (соматоскопия, антропометрия, фотометрия и др.).
37. Методы определения АД, нормальный уровень АД у спортсменов в покое и его динамика при выполнении физической нагрузки различной мощности и объема.
38. Методы определения ЧСС. ЧСС в покое и при выполнении физической нагрузки различной мощности и объема.
39. Методы оценки физического развития: антропометрических стандартов, индексов и др.
40. Морфофункциональные особенности девочек, девушек и женщин. Врачебный контроль за девочками, девушками и женщинами, занимающимися спортом.
41. Морфофункциональные особенности лиц среднего и пожилого возраста.
42. Назначение мягких повязок, общие правила наложения мягких повязок. Методика наложения повязок на голову, туловище, конечности.
43. Общая характеристика заболеваемости среди спортсменов. Влияние специфика спорта на характер заболеваемости спортсменов.
44. Общая характеристика закрытых повреждений, виды закрытых повреждений, доврачебная помощь.

45. Общее представление о наиболее часто встречающихся у спортсменов заболеваниях ПНС (радикулит, невралгия, неврит).
46. Общие принципы формирования медико-биологических восстановительных комплексов для спортсменов.
47. Общие принципы формирования медицинских групп для занятий физической культурой юных граждан.
48. Оздоровительное значение массовой физической культуры.
49. Основные принципы дозирования физической нагрузки для лиц среднего и пожилого возраста.
50. Особенности вагосимпатического баланса у спортсменов.
51. Особенности спортивного травматизма. Причины и механизмы спортивных повреждений.
52. Особенности физического развития и телосложения спортсменов, занимающихся различными видами спорта.
53. Открытые повреждения у спортсменов, доврачебная помощь при открытых повреждениях.
54. Повреждение коленного сустава (связок, менисков), наиболее характерные признаки повреждения, доврачебная помощь.
55. Повреждение костей и надкостницы у спортсменов, признаки повреждений, доврачебная помощь.
56. Повреждения и заболевания мышц у спортсменов; характерные признаки этих патологических состояний, доврачебная помощь, меры профилактики.
57. Показания к применению медицинских средств, ускоряющих восстановительные процессы в организме спортсмена.
58. Показания к применению фармакологических средств у спортсменов. Препараты пластического действия, их влияние на организм спортсмена. Препараты энергетического действия, их влияние на организм спортсмена.
59. Показатели, характеризующие функциональное состояние внешнего дыхания.
60. Понятие «болезнь». Биологическая сущность болезни.
61. Понятие «здоровье». Факторы, определяющие состояние здоровья человека.
62. Понятие о «спортивном» сердце. Структурные особенности «спортивного» сердца.
63. Понятие о физиологической гипертрофии миокарда, эхокардиографические признаки физиологической гипертрофии миокарда.
64. Понятие о физическом развитии, телосложении и конституции человека.
65. Понятие о функциональной готовности и физической работоспособности человека. Понятие о тренированности.
66. Понятие об асептике и антисептике, антисептические средства.
67. Понятие об ортостатической устойчивости; изменение гемодинамики при изменении положения тела из горизонтального в вертикальное. Методика проведения активной ортостатической пробы. Оценка результатов пробы.

68. Понятие об остром и хроническом физическом перенапряжении. Признаки перенапряжений; неотложная помощь при остром физическом перенапряжении.
69. Понятие об утомлении и переутомлении. Общее представление о предпатологических состояниях.
70. Простейшие методы исследования состояния ЦНС; показатели, характеризующие функциональное состояние ЦНС.
71. Простейшие методы исследования функционального состояния вестибулярного анализатора: координаторные и вращательные пробы.
72. Простейшие пробы с использованием физической нагрузки. Методика их проведения и оценка результатов.
73. Раны, их разновидности, общие признаки, доврачебная помощь при различных ранах.
74. Растяжения, надрывы и полные разрывы связок, признаки повреждений, доврачебная помощь.
75. Самоконтроль спортсмена. Задачи и содержание самоконтроля, субъективные и объективные показатели самоконтроля.
76. Современное представление о перетренированности спортсмена. Причины перетренированности, наиболее характерные признаки перетренированности; лечение, меры профилактики.
77. Современные требования к медицинским тестам и условиям тестирования.
78. Содержание диспансерного метода наблюдения за спортсменами.
79. Ссадины, потертости, признаки повреждений, первая доврачебная помощь.
80. Тест РWC170, теоретические основы теста, методика проведения, оценка результатов.
81. Тест Купера, методика проведения теста (2 варианта теста), оценка результатов.
82. Тест Новакки. Методика проведения теста, способ дозирования нагрузки в тесте. Оценка результатов тестирования.
83. Ушибы мягких тканей, признаки повреждения, доврачебная помощь.
84. Фармакологические средства, ускоряющие восстановление и повышающие спортивную работоспособность, их краткая характеристика и требования к ним.
85. Физические средства, их влияние на организм человека. Показания к применению физических средств восстановления у спортсменов.
86. Функциональные тесты для самоконтроля.
87. Функциональные тесты, используемые при ВПН (проба с повторными нагрузками и дополнительной нагрузкой), методика, оценка результатов.
88. Цели и задачи спортивной медицины. Основные этапы развития отечественной спортивной медицины.

#### **4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов обучения**

4.1. Методические материалы для оценки текущего контроля успеваемости  
Текущий контроль успеваемости фиксируется в соответствующих заданиях электронных учебных курсах, размещённых в LMS Moodle. Каждое задание сопровождается методическими указаниями. Сроки выполнения практических заданий определяются объёмом и сложностью работы. Оценивание ответов обучающихся проводится как с использованием классической 5-балльной шкалы оценивания, так и с использованием прочих шкал (0-1 балл, 0-1-2 балла, 0-1-3 балла или 10-балльная шкала).

4.2. Методические материалы для проведения промежуточной аттестации  
Дисциплина преподаётся в течение двух семестров (в пятом семестре аттестация проходит в форме зачёта, в шестом – в форме экзамена). Как зачёт, так и экзамен по дисциплине включает в себя вопросы и задания по программному материалу. Студенты допускаются к промежуточной аттестации при условии сдачи всех контрольных заданий. Аттестация по учебной дисциплине состоит из теоретического собеседования.

Студент обязан явиться к началу аттестации определённому расписанием, и предъявить преподавателю зачётную книжку. Студенты, уличённые в использовании запрещённой литературы (учебники, лекции, конспекты и др.), а также технических средств (телефон, компьютер и др.), удаляются с зачёта / экзамена. После проведения аттестации в ведомость и зачётную книжку выставляется положительная итоговая оценка. Оценка «не зачтено» или «неудовлетворительно» проставляется только в ведомость. Неявка отмечается в ведомости словом «не явился». Не позднее следующего дня после аттестации заполненная ведомость или разрешение сдаётся преподавателем в деканат.