

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего  
образования  
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"  
Елабужский институт (филиал) КФУ



Программа дисциплины (модуля)  
Спортивная медицина

Направление подготовки/специальность: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) подготовки: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2023

## **Содержание**

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО
2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий
  - 4.1. Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)
  - 4.2. Содержание дисциплины (модуля)
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)
6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)
7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)
12. Средства адаптации преподавания дисциплины (модуля) к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
13. Приложение №1. Фонд оценочных средств
14. Приложение №2. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
15. Приложение №3. Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Программу дисциплины разработал(а)(и) доцент, кандидат биологических наук Мустафина Р.Г. (Кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, отделение психологии и педагогики),

### **1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО**

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль), должен обладать следующими компетенциями:

| <b>Шифр компетенции</b> | <b>Расшифровка приобретаемой компетенции</b>                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-6                   | Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями |
| ОПК-6.1                 | Знать психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями                                                 |
| ОПК-6.2                 | Уметь использовать психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями                                    |
| ОПК-6.3                 | Владеть психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями                                           |
| УК-7                    | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности                                                                                     |
| УК-7.1                  | Знать анатомо-физиологические особенности организма; принципы планирования оптимального сочетания физической и умственной нагрузки для обеспечения работоспособности.                                                        |

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль):

Должен знать:

инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;  
анатомо-физиологические особенности организма; принципы планирования оптимального сочетания физической и умственной нагрузки для обеспечения работоспособности.

Должен уметь:

использовать инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;

Должен владеть:

инновационными психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

### **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО**

Данная дисциплина (модуль) включена в раздел "Б1.О.07.16 Дисциплины (модули)" основной профессиональной образовательной программы 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (Физическая культура и безопасность жизнедеятельности)" и относится к обязательным дисциплинам. Осваивается на 5 курсе в 9 семестре.

**3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных(ые) единиц(ы) на 108 часа(ов).

Контактная работа - 36 часа(ов), в том числе лекции - 16 часа(ов), практические занятия - 20 часа(ов), лабораторные работы - 0 часа(ов), контроль самостоятельной работы - 0 часа(ов).

Самостоятельная работа - 36 часа(ов).

Контроль (зачёт / экзамен) - 36 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: экзамен в 9 семестре.

**4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**4.1 Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)**

| N  | Разделы дисциплины / модуля                                                                        | С е м е с тр | Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах) |                      |                     | Самостоятельная работа |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------|----------------------|---------------------|------------------------|
|    |                                                                                                    |              | Лекции                                                   | Практические занятия | Лабораторные работы |                        |
| 1. | Тема 1. Сбор анамнеза спортсмена                                                                   | 9            | 2                                                        | 2                    | 0                   | 2                      |
| 2. | Тема 2. Показатели физического развития: соматоскопическое исследование                            | 9            | 2                                                        | 2                    | 0                   | 4                      |
| 3. | Тема 3. Показатели физического развития: антропометрическое исследование                           | 9            | 2                                                        | 2                    | 0                   | 4                      |
| 4. | Тема 4. Функциональное состояние нервной системы и нервно-мышечного аппарата                       | 9            | 2                                                        | 4                    | 0                   | 4                      |
| 5. | Тема 5. Функциональное состояние дыхательной системы                                               | 9            | 2                                                        | 2                    | 0                   | 4                      |
| 6. | Тема 6. Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы                                       | 9            | 2                                                        | 4                    | 0                   | 6                      |
| 7. | Тема 7. Заболевания дыхательной и сердечно-сосудистой систем у спортсменов: оказание первой помощи | 9            | 2                                                        | 2                    | 0                   | 4                      |
| 8. | Тема 8. Функциональные пробы с физическими нагрузками: определение физической работоспособности    | 9            | 2                                                        | 2                    | 0                   | 8                      |
|    | Итого 108 часа                                                                                     |              | 16                                                       | 20                   | 0                   | 36                     |

**4.2 Содержание дисциплины (модуля)**

**Тема 1. Сбор анамнеза спортсмена**

Общие сведения. Анамнез жизни. Образ жизни. Спортивный анамнез. Режим двигательной активности спортсмена. Характер занятий спортом, их систематичность, частота, а также субъективная оценка их влияния на самочувствие и состояние здоровья обследуемого и динамику спортивных результатов. Общий врачебный осмотр.

**Тема 2. Показатели физического развития: соматоскопическое исследование**

Физическое развитие человека, факторы, которые на него влияют и признаки, его характеризующие. Соматоскопия. Осанка. Положение головы. Плечевой пояс. Лопатки. Форма спины. Сколиоз. Форма грудной клетки. Форма рук и ног. Подвижность в суставах. Развитие мускулатуры. Жироотложение. Тип телосложения. Мышечный тип.

**Тема 3. Показатели физического развития: антропометрическое исследование**

Длины тела. Масса тела. Диаметр (ширина) плеч. Диаметр грудной клетки. Диаметр таза. Окружности тела. Сила мышц кисти. Силу мышц спины (становая сила). Жизненная емкость легких (спирометрия). Измерение толщины кожно-жировой складки. Особенности физического развития спортсменов по видам спорта. Окружность

шей.

#### **Тема 4. Функциональное состояние нервной системы и нервно-мышечного аппарата**

Определение состояния рефлексов. Определение координационной функции нервной системы по данным пробы Ромберга. Динамическая координация. Исследование двигательного анализатора. Исследование вегетативной нервной системы. Диагностика функционального состояния нервно-мышечного аппарата у различных спортсменов.

#### **Тема 5. Функциональное состояние дыхательной системы**

Исследование жизненной емкости легких. Функциональные пробы системы внешнего дыхания. Гипоксические пробы. Особенности основных показателей внешнего дыхания физкультурников, спортсменов и не занимающихся спортом. Отдельные заболевания органов дыхания у спортсменов. Проба Штанге. Проба Генча. Оценка работоспособности дыхательной системы.

#### **Тема 6. Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы**

Исследование частоты и характера пульса. Исследование артериального давления. Исследования ССС в оценке функционального состояния организма спортсмена. Структурные и функциональные особенности спортивного сердца. Функциональное состояние ССС спортсменов в зависимости от направленности тренировочного процесса.

#### **Тема 7. Заболевания дыхательной и сердечно-сосудистой систем у спортсменов: оказание первой помощи**

Одышка. Кашель. Кровохарканье. Мокрота. Боли в грудной клетке. Бронхит. Бронхиальная астма. Пневмония. Боли в области сердца. Ишемическая болезнь сердца. Стенокардия. Инфаркт миокарда. Острая сердечная недостаточность. Синдром острой левожелудочковой недостаточности. Синдром острой правожелудочковой недостаточности. Синдром хронической правожелудочковой недостаточности. Сосудистая недостаточность. ортостатический коллапс.

#### **Тема 8. Функциональные пробы с физическими нагрузками: определение физической работоспособности**

Функциональная проба. Пробы с физическими нагрузками. Проба Мартине. Проба Котова-Демина. Проба Гориневского. Трехмоментная комбинированная проба Летунова. Оценка результатов пробы. Реакция со ступенчатым подъемом максимального АД. Проба Руфье. Типы реакций ССС на физическую нагрузку. Методы определения работоспособности организма.

### **5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

Самостоятельная работа обучающихся выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Самостоятельная работа подразделяется на самостоятельную работу на аудиторных занятиях и на внеаудиторную самостоятельную работу. Самостоятельная работа обучающихся включает как полностью самостоятельное освоение отдельных тем (разделов) дисциплины, так и проработку тем (разделов), осваиваемых во время аудиторной работы. Во время самостоятельной работы обучающиеся читают и конспектируют учебную, научную и справочную литературу, выполняют задания, направленные на закрепление знаний и отработку умений и навыков, готовятся к текущему и промежуточному контролю по дисциплине.

Организация самостоятельной работы обучающихся регламентируется нормативными документами, учебно-методической литературой и электронными образовательными ресурсами, включая:

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 апреля 2017 года №301)

Письмо Министерства образования Российской Федерации №14-55-996ин/15 от 27 ноября 2002 г. "Об активизации самостоятельной работы студентов высших учебных заведений"

Устав федерального государственного автономного образовательного учреждения "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Правила внутреннего распорядка федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Локальные нормативные акты Казанского (Приволжского) федерального университета

### **6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)**

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) включает оценочные материалы, направленные на проверку освоения компетенций, в том числе знаний, умений и навыков. Фонд оценочных средств включает оценочные средства текущего контроля и оценочные средства промежуточной аттестации.

В фонде оценочных средств содержится следующая информация:

- соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю);

- критерии оценивания сформированности компетенций;
- механизм формирования оценки по дисциплине (модулю);
- описание порядка применения и процедуры оценивания для каждого оценочного средства;
- критерии оценивания для каждого оценочного средства;
- содержание оценочных средств, включая требования, предъявляемые к действиям обучающихся, демонстрируемым результатам, задания различных типов.

Фонд оценочных средств по дисциплине находится в Приложении 1 к программе дисциплины (модуля).

## 7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Освоение дисциплины (модуля) предполагает изучение основной и дополнительной учебной литературы. Литература может быть доступна обучающимся в одном из двух вариантов (либо в обоих из них):

- в электронном виде - через электронные библиотечные системы на основании заключенных КФУ договоров с правообладателями;

- в печатном виде - в Научной библиотеке Елабужского института КФУ. Обучающиеся получают учебную литературу на абонементе по читательским билетам в соответствии с правилами пользования Научной библиотекой.

Электронные издания доступны дистанционно из любой точки при введении обучающимся своего логина и пароля от личного кабинета в системе "Электронный университет". При использовании печатных изданий библиотечный фонд должен быть укомплектован ими из расчета не менее 0,25 экземпляра каждого из изданий основной литературы и не менее 0,25 экземпляра дополнительной литературы на каждого обучающегося из числа лиц, одновременно осваивающих данную дисциплину.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля), находится в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины. Он подлежит обновлению при изменении условий договоров КФУ с правообладателями электронных изданий и при изменении комплектования фондов Научной библиотеки Елабужского института КФУ.

## 8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Журнал: Теория и практика физической культуры: <http://teoriya.ru/ru>

Журнал: Вестник педагогики физической культуры и спорта: <http://www.ped-vestnik.ru/>

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: <https://www.gto.ru/>

## 9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

| Вид работ            | Методические рекомендации                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| лекции               | Работа на лекциях предполагает активное участие студента. В начале лекции необходимо уяснить цель, которую лектор ставит перед собой и студентами. Важно внимательно слушать лектора, отмечать наиболее существенную информацию и кратко записывать ее в тетрадь. Сравнить то, что услышано на лекции с прочитанным и усвоенным ранее, укладывать новую информацию в собственную, уже имеющуюся, систему знаний. По ходу лекции важно подчеркивать новые термины, устанавливать их взаимосвязь с понятиями. Если лектор приглашает к дискуссии, необходимо принять в ней участие. Если на лекции студент не получил ответа на возникшие у него вопросы, необходимо в конце лекции задать их лектору. Дома необходимо прочитать записанную лекцию, подчеркнуть наиболее важные моменты, составить словарь новых терминов, составить план доказательства каждой теоремы и перечислить все используемые при ее доказательстве утверждения. |
| практические занятия | Практические занятия способствуют углубленному изучению наиболее сложных проблем изучаемой дисциплины и служат основной формой подведения итогов самостоятельной работы студентов. На практических занятиях студенты учатся грамотно грамматически и лексически излагать проблемы, свободно высказывать свои мысли и суждения, осуществлять диалогические высказывания в рамках заданной темы, а также профессионально и качественно выполнять практические задания по темам и разделам дисциплины. Все это помогает приобрести навыки и умения, необходимые современному специалисту и способствует развитию профессиональной компетентности. В качестве важного                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        | <p>компонента обучения иностранным языкам выделяются учебные умения у студентов, необходимые для успешной учебной деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-наблюдать за тем или иным языковым явлением в иностранном языке, сравнивать и сопоставлять языковые явления в иностранном языке и родном;</li> <li>-сопоставлять, сравнивать, классифицировать, группировать, систематизировать информацию в соответствии с определенной учебной задачей;</li> <li>-обобщать полученную информацию;</li> <li>-оценивать прослушанное и прочитанное;</li> <li>-фиксировать основное содержание сообщений;</li> <li>-формулировать, устно и письменно, основную идею сообщения;</li> <li>-формулировать тезисы;</li> <li>-подготовить и представить сообщения, доклад, презентацию;</li> <li>-работать в паре, в группе, взаимодействуя друг с другом;</li> <li>-пользоваться реферативными и справочными материалами;</li> <li>-обращаться за помощью, дополнительными разъяснениями к преподавателю, другим студентам;</li> <li>-пользоваться словарями различного характера.</li> </ul> <p>С целью эффективной подготовки необходимо использовать рекомендуемые учебные пособия и материалы, а также авторитетные словари английского языка различного типа, включая как печатные, так и электронные версии.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| самостоятельная работа | <p>Работу по подготовке устного монологического высказывания по определенной теме следует начать с изучения тематических текстов-образцов. В первую очередь необходимо выполнить фонетические, лексические и лексико-грамматические упражнения по изучаемой теме, усвоить необходимый лексический материал, прочитать и перевести тексты-образцы, выполнить речевые упражнения по теме. Затем на основе изученных текстов нужно подготовить связное изложение, включающее наиболее важную и интересную информацию. Формы СРС над устной речью:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- фонетические упражнения по определенной теме;</li> <li>- лексические упражнения по определенной теме;</li> <li>- фонетическое чтение текста-образца;</li> <li>- перевод текста-образца;</li> <li>- речевые упражнения по теме;</li> <li>- подготовка устного монологического высказывания по определенной теме (объем высказывания - 15-20 предложений).</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| экзамен                | <p>Студент, сдающий экзамен, должен знать свои права и обязанности. Ему предоставляется право самостоятельного выбора билета. После того, как билет студентом взят, он имеет право и обязан 2-3 минуты вчитываться в содержание вопросов билета с тем, чтобы определить общее содержание вопросов и мысленно представить общее направление их полного раскрытия во время подготовки к ответу. Если для студента оказались непонятны вопросы (вопрос), он имеет право обратиться за разъяснением к преподавателю, который обязан в общих чертах объяснить экзаменуемому непонятное, не раскрывая конкретно содержание вопросов. Записи ответов должны быть по возможности краткими, последовательными, четкими. Лучше составить развернутый план ответов на вопросы с указанием фамилий, цифр, дат, цитат и тезисов, что организует ответ и обеспечит логическую последовательность в изложении материала. Ответ студента экзаменатору должен быть конкретным, содержательным и исчерпывающим. На экзаменах студент должен показать свои собственные знания, поэтому пользоваться чужой помощью категорически запрещается. Методика подготовки к сдаче зачета и экзамена одинакова и состоит из двух взаимосвязанных этапов.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Регулярное посещение всех учебных занятий в течение всего семестра: семинарских занятий, консультаций и т.п., а также активное изучение рекомендованной литературы, отработка (в случае необходимости) в установленные сроки всех пропущенных учебных занятий.</li> <li>2. Непосредственная подготовка к зачету и экзамену, когда студенту нужно в короткий срок (2-4 дня) охватить весь изученный материал по предмету и успешно сдать зачет, а потом экзамен. А для того, чтобы это успешно сделать, студент, в первую очередь, должен мысленно в спокойной обстановке вспомнить весь материал, изученный за семестр, с тем, чтобы выявить разделы курса (предмета) слабо изученные или плохо понятые при первоначальном изучении с целью устранения пробелов в своих знаниях. Для успешной подготовки к экзаменам студенту необходимо составить себе своеобразный рабочий график, в котором отразился бы последовательный переход от темы к теме, от раздела к разделу. Во время подготовки к экзаменам могут появиться вопросы. Их нужно записать и получить ответ на предэкзаменационных консультациях. Причин, по которым студент мог бы не посетить консультацию, не должно быть. Ибо на этих консультациях преподаватель интересуется, как студентами изучены темы, пройденные в учебном процессе, при необходимости он разъясняет отдельные вопросы этих тем.</li> </ol> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Иногда преподаватель делает сжатый обзор важнейших тем курса, отмечает те вопросы, на которые студенты, ранее сдававшие экзамен, отвечали плохо. Во время подготовки к экзамену студенту необходимо просмотреть и собственные конспекты прослушанных лекций и самостоятельно проработанных тем семинарских занятий. Это позволит ему восстановить в памяти ранее изученные положения, выявить пробелы в своих знаниях и восполнить их из других источников. Значение предэкзаменационных консультаций очень велико. Они призваны: 1) помочь устранить пробелы в знаниях; 2) помочь систематизировать весь ранее изученный материал; 3) информировать студентов о новейших сведениях по тому предмету, который изучен последним. |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### **10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, представлен в Приложении 3 к рабочей программе дисциплины (модуля).

#### **11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, проведения групповых и индивидуальных консультаций, проведения текущего контроля и промежуточной аттестации. Комплект мебели (посадочных мест) 32 шт. Комплект мебели (посадочных мест) для преподавателя 1 шт. Напольная меловая доска 1 шт. Стенды настенные 8 шт.

Ноутбук Lenovoideapad 330 1 шт. Проектор EPSON EB-535W 1 шт. Интерактивная доска EliteBoard WR-84A10 1 шт. Выход в Интернет, внутривизуовская компьютерная сеть, доступ в электронную информационно-образовательную среду. Набор учебно-наглядных пособий: комплект презентаций в электронном формате по преподаваемой дисциплине 3-5 шт. (423600, Республика Татарстан, г. Елабуга, ул. Азина, д. 98 ауд. 12)

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Комплект мебели (посадочных мест) 66 шт. Комплект мебели (посадочных мест) для преподавателя 1 шт. Кафедра (трибуна) 1 шт. Проектор с экраном 1 шт. Меловая доска. Набор учебно-наглядных пособий: комплект презентаций в электронном формате по преподаваемой дисциплине 3-5 шт. (423600, Республика Татарстан, г. Елабуга, ул. Казанская, д. 89 ауд. 8)

#### **12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;
- создание контента, который можно представить в различных видах без потери данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества, предусмотреть доступность управления контентом с клавиатуры;
- создание возможностей для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников - например, так, чтобы лица с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально;
- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счёт альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;
- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения семинаров, выступления с докладами и защиты выполненных работ, проведения тренингов, организации коллективной работы;
- применение дистанционных образовательных технологий для организации форм текущего и промежуточного контроля;
- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи;

- продолжительности сдачи зачёта или экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;
- продолжительности подготовки обучающегося к ответу на зачёте или экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут;
- продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы - не более чем на 15 минут.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и учебным планом по направлению 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" и профилю подготовки "Физическая культура и безопасность жизнедеятельности".

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Казанский (Приволжский) федеральный университет»  
Елабужский институт (филиал)

**Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)**  
**Б1.О.07.16 – Спортивная медицина**

Направление подготовки: 44.03.05 – Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2023

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю)
2. Критерии оценивания сформированности компетенций
3. Распределение оценок за формы текущего контроля и промежуточную аттестацию
4. Оценочные средства, порядок их применения и критерии оценивания
- 4.1. **ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ**
- 4.1.1. Устный опрос
  - 4.1.1.1. Порядок проведения и процедура оценивания
  - 4.1.1.2. Критерии оценивания
  - 4.1.1.3. Содержание оценочного средства
- 4.1.2. Письменная работа
  - 4.1.2.1. Порядок проведения и процедура оценивания
  - 4.1.2.2. Критерии оценивания
  - 4.1.2.3. Содержание оценочного средства
- 4.2. **ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**
- 4.2.1. Экзамен
  - 4.2.1.1. Порядок проведения и процедура оценивания
  - 4.2.1.2. Критерии оценивания
  - 4.2.1.3. Оценочные средства

# 1. Соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю)

| Код и наименование компетенции                                                                                                                                                                                                      | Индикаторы достижения компетенций для данной дисциплины                                                                                                                                           | Результаты достижения компетенций                                                                                                                                                                           | Оценочные средства текущего контроля и промежуточной аттестации                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-6. Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями | ОПК-6.1 Знать психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями              | Знает:<br>инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями              | <b>Текущий контроль:</b><br>Устный опрос: Тема 1; Тема 2; Тема 3; Тема 4; Тема 5; Тема 7.<br>Письменная работа: Тема 6; Тема 8.<br><br><b>Промежуточная аттестация:</b><br>Экзамен |
|                                                                                                                                                                                                                                     | ОПК-6.2 Уметь использовать психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями | Умеет:<br>использовать инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями |                                                                                                                                                                                    |
|                                                                                                                                                                                                                                     | ОПК-6.3 Владеть психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями        | Владеет:<br>инновационными психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями       |                                                                                                                                                                                    |
| УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности                                                                                      | УК-7.1. Знать анатомо-физиологические особенности организма; принципы планирования оптимального сочетания физической и умственной нагрузки для обеспечения работоспособности.                     | Знает анатомо-физиологические особенности организма; принципы планирования оптимального сочетания физической и умственной нагрузки для обеспечения работоспособности.                                       | <b>Текущий контроль:</b><br>Устный опрос: Тема 1; Тема 2; Тема 3; Тема 4; Тема 5; Тема 7.<br>Письменная работа: Тема 6; Тема 8.<br><br><b>Промежуточная аттестация:</b><br>Экзамен |

## 2. Критерии оценивания сформированности компетенций

| Компетенция | Зачтено                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                 | Не зачтено                                                                                                                                                                                                 |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             | Высокий уровень<br>(отлично)<br>(86-100 баллов)                                                                                                                                                                           | Средний уровень<br>(хорошо)<br>(71-85 баллов)                                                                                                                                                                          | Низкий уровень<br>(удовлетворительно)<br>(56-70 баллов)                                                                                                                                                                         | Ниже порогового<br>уровня<br>(неудовлетворительно)<br>(0-55 баллов)                                                                                                                                        |
| ОПК-6       | Демонстрирует знания инновационных психолого-педагогических технологий, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;                | Испытывает сложности в знаниях инновационных психолого-педагогических технологий, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;   | Демонстрирует отрывочные в знаниях инновационных психолого-педагогических технологий, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями         | Не знает инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями              |
|             | Способен самостоятельно использовать инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями | Демонстрирует умение использовать инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями | Испытывает сложности в умении использовать инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями | Не умеет использовать инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями |
|             | Владеет инновационными психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями                         | Демонстрирует владение инновационными психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями       | Владеет некоторыми инновационными психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями                    | Не владеет инновационными психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями       |

|      |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                  |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7 | Знает анатомо-физиологические особенности структуры, развития и становления функций различных органов и систем организма; принципы планирования оптимального сочетания физической и умственной нагрузки для обеспечения работоспособности | Знает анатомо-физиологические особенности организма, закономерности индивидуального развития организма; принципы планирования оптимального сочетания физической и умственной нагрузки для обеспечения работоспособности | Знает анатомо-физиологические особенности организма; основные принципы планирования оптимального сочетания физической и умственной нагрузки для обеспечения работоспособности | Не знает анатомо-физиологические особенности организма; основные принципы планирования оптимального сочетания физической и умственной нагрузки для обеспечения работоспособности |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 3. Распределение оценок за формы текущего контроля и промежуточную аттестацию

9 семестр:

Текущий контроль:

1. Устный опрос по темам 1,2,3,4,5,7– 30 баллов
2. Письменная работа по темам 6,8– 20 баллов

Промежуточная аттестация – экзамен

Промежуточная аттестация проводится после завершения изучения дисциплины или ее части в форме, определяемой учебным планом образовательной программы с целью оценить работу обучающегося, степень усвоения теоретических знаний, уровень сформированности компетенций.

Промежуточная аттестация по данной дисциплине проводится в форме устного ответа обучающегося.

Преподаватель, принимающий экзамен обеспечивает случайное распределение вариантов экзаменационных (зачетных) заданий между обучающимися с помощью билетов и вправе задавать обучающемуся дополнительные вопросы и давать дополнительные задания помимо тех, которые указаны в билете.

Устный ответ на теоретический вопрос по курсу дисциплины – 25 баллов

Устный ответ на теоретический вопрос по курсу дисциплины – 25 баллов

Итого: 25 баллов + 25 баллов = 50 баллов

Виды оценок:

Для экзамена:

Отлично (86-100 баллов)

Хорошо (71-85 баллов)

Удовлетворительно (56-70 баллов)

Неудовлетворительно (0-55 баллов)

### 4. Оценочные средства, порядок их применения и критерии оценивания

#### 4.1. Оценочные средства текущего контроля

##### 4.1.1. Устный опрос

##### 4.1.1.1. Порядок проведения и процедура оценивания

Устный опрос проводится на практических занятиях. Обучающиеся выступают с докладами, сообщениями, дополнениями, участвуют в дискуссии, отвечают на вопросы преподавателя.

Оценивается уровень домашней подготовки по теме, способность системно и логично излагать материал, анализировать, формулировать собственную позицию, отвечать на дополнительные вопросы.

#### **4.1.1.2. Критерии оценивания**

##### **25-30 баллов ставится, если обучающийся:**

В ответе качественно раскрыл содержание темы. Ответ хорошо структурирован. Прекрасно освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован высокий уровень понимания материала. Превосходное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

##### **18-24 баллов ставится, если обучающийся:**

Основные вопросы темы раскрыл. Структура ответа в целом адекватна теме. Хорошо освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован хороший уровень понимания материала. Хорошее умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

##### **11-17 баллов ставится, если обучающийся:**

Тему частично раскрыл. Ответ слабо структурирован. Понятийный аппарат освоен частично. Понимание отдельных положений из материала по теме. Удовлетворительное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

##### **0--10 баллов ставится, если обучающийся:**

Тему не раскрыл. Понятийный аппарат освоен неудовлетворительно. Понимание материала фрагментарное или отсутствует. Неумение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

#### **4.1.1.3. Содержание оценочного средства**

##### *Формулировка задания*

**Устный опрос по 1 теме:** Устный опрос по пройденной теме: Общие сведения. Анамнез жизни. Образ жизни. Спортивный анамнез.

**Устный опрос по 2 теме:** Устный опрос по пройденной теме: Соматоскопия. Осанка. Положение головы. Плечевой пояс. Лопатки. Форма спины. Сколиоз. Форма грудной клетки. Форма рук и ног. Подвижность в суставах. Развитие мускулатуры. Жироотложение. Тип телосложения. Мышечный тип.

**Устный опрос по 3 теме:** Устный опрос по пройденной теме: Длины тела. Масса тела. Диаметр (ширина) плеч. Диаметр грудной клетки. Диаметр таза. Окружности тела. Сила мышц кисти. ЖЕЛ. Измерение толщины кожно-жировой складки. Особенности физического развития спортсменов по видам спорта.

**Устный опрос по 4 теме:** Устный опрос по пройденной теме: Определение состояния рефлексов. Определение координационной функции нервной системы по данным пробы Ромберга. Динамическая координация. Исследование двигательного анализатора. Исследование вегетативной нервной системы.

**Устный опрос по 5 теме:** Устный опрос по пройденной теме: Исследование жизненной емкости легких. Функциональные пробы системы внешнего дыхания. Гипоксические пробы. Особенности основных показателей внешнего дыхания физкультурников, спортсменов и не занимающихся спортом. Отдельные заболевания органов дыхания у спортсменов.

**Устный опрос по 7 теме:** Устный опрос по пройденной теме: Одышка. Кашель. Кровохарканье. Мокрота. Боли в грудной клетке. Бронхит. Бронхиальная астма. Пневмония. Боли в области сердца. Ишемическая болезнь сердца. Стенокардия. Инфаркт миокарда. Острая сердечная недостаточность. Синдром острой левожелудочковой недостаточности. Синдром острой правожелудочковой недостаточности. Синдром хронической правожелудочковой недостаточности. Сосудистая недостаточность. ортостатический коллапс.

#### **4.1.2. Письменная работа**

##### **4.1.2.1. Порядок проведения и процедура оценивания**

Обучающиеся получают задание по освещению определённых теоретических вопросов или решению задач. Работа выполняется письменно и сдаётся преподавателю. Оцениваются

владение материалом по теме работы, аналитические способности, владение методами, умения и навыки, необходимые для выполнения заданий.

#### **4.1.2.2. Критерии оценивания**

##### **15-20 баллов ставится, если обучающийся:**

Правильно выполнены все задания. Продemonстрирован высокий уровень владения материалом. Проявлены превосходные способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.

##### **9-14 баллов ставится, если обучающийся:**

Правильно выполнена большая часть заданий. Присутствуют незначительные ошибки. Продemonстрирован хороший уровень владения материалом. Проявлены средние способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.

##### **3-8 баллов ставится, если обучающийся:**

Задания выполнены более чем наполовину. Присутствуют серьезные ошибки. Продemonстрирован удовлетворительный уровень владения материалом. Проявлены низкие способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.

##### **0-2 баллов ставится, если обучающийся:**

Задания выполнены менее чем наполовину. Продemonстрирован неудовлетворительный уровень владения материалом. Проявлены недостаточные способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.

#### **4.1.2.3. Содержание оценочного средства**

##### *Формулировка задания*

##### **Письменная работа по теме № 6.**

Письменная работа по пройденной теме: Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы у занимающихся разными видами спорта и возраста спортсменов.

##### **Письменная работа по теме № 8.**

Письменная работа по пройденной теме: Исследование функциональных проб с физическими нагрузками: определение физической работоспособности спортсменов в различных видах спорта.

## **4.2. Оценочные средства промежуточной аттестации**

### **4.2.1. Экзамен**

#### **4.2.1.1. Порядок проведения.**

По дисциплине предусмотрен экзамен. Экзамен проходит по билетам. В каждом билете два вопроса.

Экзамен нацелен на комплексную проверку освоения дисциплины. Обучающийся получает вопрос (вопросы) либо задание (задания) и время на подготовку. Экзамен проводится в устной, письменной или компьютерной форме. Оценивается владение материалом, его системное освоение, способность применять нужные знания, навыки и умения при анализе проблемных ситуаций и решении практических заданий.

#### **4.2.1.2. Критерии оценивания.**

##### **21-25 баллов ставится, если обучающийся:**

Обучающийся продемонстрировал всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой дисциплины, усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

##### **16-20 баллов ставится, если обучающийся:**

Обучающийся продемонстрировал полное знание учебно-программного материала, успешно выполнил предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу, рекомендованную программой дисциплины, показал систематический характер знаний по

дисциплине и способен к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

**11-15 баллов ставится, если обучающийся:**

Обучающийся продемонстрировал знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой дисциплины, допустил погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

**0-10 баллов ставится, если обучающийся:**

Обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

**4.2.1.3. Оценочные средства.**

*билет: устные ответы на 2 вопроса*

1. Цели и задачи, содержание спортивной медицины.
2. Понятие о здоровье и болезни.
3. Роль наследственности в патологии.
4. Понятие о реактивности организма.
5. Механизмы обеспечения гомеостаза.
6. Понятие об иммунитете, виды иммунитета, влияние физических нагрузок на иммунитет при занятиях ФК и спортом.
7. Понятие об аллергии, классификация аллергенов.
8. Понятие о воспалении, стадии развития воспаления, значение воспаления как защитно-приспособительной реакции.
9. Понятие о лихорадке, значение для организма как защитно-приспособительной реакции.
10. Местные расстройства кровообращения, виды, причины, профилактика.
11. Этиопатогенез и виды нарушения трофических процессов.
12. Факторы, влияющие на физическое развитие, типы конституции.
13. Соматоскопия. Задачи и методика.
14. Антропометрия. Задачи и методика.
15. Влияние занятий спортом на функциональное состояние нервной системы у спортсменов.
16. Методы оценки функционального состояния нервной системы у спортсменов.
17. Причины и профилактика заболеваний нервной системы у спортсменов.
18. Электрофизиологические методы обследования нервной системы у спортсменов.
19. Определение функционального состояния эндокринной системы (ЭС) у спортсменов. Причины и профилактика заболеваний ЭС при занятиях спортом.
20. Определение функционального состояния кровеносной системы у спортсменов.
21. Причины и стадии миогенного лейкоцитоза у спортсменов при занятиях физической культурой и спортом. Оценка результатов.
22. Понятие о спортивной анемии, причины ее развития у спортсменов, профилактика.
23. Определение функционального состояния ССС при занятиях спортом.
24. Понятие о спортивном сердце, его структурные и морфологические особенности.
25. Причины дистрофии миокарда у спортсменов, профилактика и лечение.
26. Определение функционального состояния дыхательной системы у спортсменов.
27. Влияние занятий спортом на аппарат внешнего дыхания. Причины и профилактика заболеваний дыхательной системы у спортсменов.
28. Определение функционального состояния пищеварительной системы. Причины и профилактика развития печеночного болевого синдрома при занятиях спортом.
29. Определение функционального состояния мочевыделительной системы у спортсменов.

30. Понятие о "спортивной почке". Влияние физических нагрузок на функциональное состояние мочевыделительной системы у спортсменов.
31. Причины и профилактика заболеваний мочевыделительной системы у спортсменов. Профилактика и лечение.
32. Процессы утомления, возникающие при физической нагрузке, стадии и виды утомления. Острые патологические состояния, возникающие при занятиях физической культурой и спортом, причины, профилактика, ПМП.
33. Общие принципы использования средств восстановления физической работоспособности при занятиях физической культурой и спортом.
34. Педагогические средства восстановления спортивной работоспособности при занятиях физической культурой и спортом.
35. Психологические средства восстановления спортивной работоспособности при занятиях физической культурой и спортом. Виды, показания к применению.
36. Физические средства восстановления при занятиях физической культурой и спортом.
37. Специализированное питание при занятиях физической культурой и спортом, понятие об эргогенной диететике у спортсменов.
38. Влияние бани и сауны на восстановительные процессы. Методика применения, показания и противопоказания.
39. Виды спортивного массажа, влияние на восстановление физической работоспособности у спортсменов.
40. Фармакологические средства постнагрузочного восстановления, классификация, показания к применению.
41. Общая характеристика и особенности течения заболеваний у спортсменов.
42. Роль очагов хронической инфекции и тренировок в болезненном состоянии при занятиях физической культурой и спортом.
43. Спортивный травматизм, причины, профилактика. ПМП при спортивных травмах ОДА. Травмы ЦНС в спорте. Клиника, профилактика, ПМП.
44. Понятие о перетренированности. Причины и профилактика перетренированности у спортсменов при занятиях спортом.
45. Понятие о перенапряжении (миокарда, печени, мышц и т.д.). Причины и профилактика перенапряжения при занятиях физической культурой и спортом.
46. Понятие о внезапной смерти спортсмена. Классификация причин и профилактика внезапной смерти при занятиях физической культурой и спортом, ПМП.
47. Понятие о спортивном сердце.
48. Структурные особенности спортивного сердца. Тоногенная дилатация и объем сердца спортсмена. Показатели ЭхоКГ, характеризующие наличие тоногенной дилатации.
49. Понятие о физиологической гипертрофии миокарда, эхокардиографические признаки физиологической гипертрофии миокарда.
50. Методы определения ЧСС. ЧСС в покое и при выполнении физической нагрузки различной мощности и объема.
51. Методы определения АД, нормальный уровень АД у спортсменов в покое и его динамика при выполнении физической нагрузки различной мощности и объема.
52. Понятие о физиологической (рабочей) гипотонии.
53. Методы исследования ССС (ЭКГ, ЭхоКГ, ФКГ).
54. Функциональные особенности ССС у спортсменов (на примере своей специализации).
55. Показатели, характеризующие экономичность в деятельности ССС.
56. Показатели высокой производительности ССС у спортсменов.
57. Динамика основных показателей ССС у спортсменов в тренировочном макроцикле.
58. Особенности состава крови у спортсменов.
59. Влияние физической нагрузки на состав крови.
60. Понятие о миогенном лейкоцитозе.
61. Роль катехоламинов в обеспечении адаптивных реакций к физической нагрузке.

62. Основные причины нарушения деятельности ССС у спортсменов.
63. Изменение уровня АД у спортсменов. Понятие о вегетососудистой дистонии по гипотоническому типу.
64. Гипертонические состояния у спортсменов. Общее представление о гипертонической болезни.
65. Дистрофия миокарда в результате хронического физического перенапряжения.
66. Общее представление о наиболее часто встречающихся видах нарушения ритма сердца.
67. Понятие о тонзиллокардиальном синдроме.
68. Причины развития варикозной болезни у спортсменов, признаки, методы профилактики.
69. Роль тренера в профилактике нарушений деятельности ССС у спортсменов.
70. Понятие о пороках сердца, являющихся противопоказанием к занятиям спортом.
71. Показатели, характеризующие функциональное состояние внешнего дыхания.
72. Особенности функционального состояния внешнего дыхания у спортсменов.
73. Динамика показателей внешнего дыхания у спортсменов в тренировочном макроцикле.
74. Общая характеристика причин заболеваний органов дыхания у спортсменов.
75. Влияние физической нагрузки различной интенсивности и объема на функциональное состояние органов пищеварения.
76. Понятие о функциональной готовности и физической работоспособности человека. Понятие о тренированности.
77. Современные требования к медицинским тестам и условиям тестирования.
78. Простейшие пробы с использованием физической нагрузки. Методика их проведения и оценка результатов.
79. Комбинированная, трехмоментная функциональная проба (проба Летунова). Методика проведения, общие принципы оценки результатов пробы.
80. Краткая характеристика типов ответных реакций на пробу Летунова.
81. Тест Купера, методика проведения теста (2 варианта теста), оценка результатов.
82. Гарвардский стептест. Методика проведения пробы, оценка результатов.
83. Непрямые методы определения МПК.
84. Тест Новакки. Методика проведения теста, способ дозирования нагрузки в тесте. Оценка результатов тестирования.
85. Тест PWC170, теоретические основы теста, методика проведения, оценка результатов.
86. Тест PWC170 со специфическими нагрузками, методика проведения, оценка результатов.
87. Тест PWC130, методика проведения, оценка результатов.
88. Тест PWCAF, методика проведения, оценка результатов.
89. Понятие об ортостатической устойчивости; изменение гемодинамики при изменении положения тела из горизонтального в вертикальное.
90. Методика проведения активной ортостатической пробы. Оценка результатов пробы.

**Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

Направление подготовки: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2023

**Основная литература:**

1. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : национальное руководство/ Под ред. С.П. Миронова, Б.А. Поляева, Г.А. Макаровой - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2012. - (Серия 'Национальные руководства'). - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970422328.html>
2. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учебное пособие / Миллер Л.Л. - М. : Человек, 2015. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906131478.html>
3. Физиология: Учебное пособие / Ю.Н. Самко. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 144 с. <http://znanium.com/bookread2.php?book=452633>

**Дополнительная литература:**

1. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : национальное руководство/ Под ред. С.П. Миронова, Б.А. Поляева, Г.А. Макаровой - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - (Серия 'Национальные руководства'). - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970424605.html>
2. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учебное пособие / Под ред. В.А. Елифанова/ - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2006. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN5970402893.html>
3. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс] : учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - Изд. 4-е, испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805687.html>
4. Медицина спорта высших достижений [Электронный ресурс] / Кулиненко О.С. - М. : Спорт, 2016. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990723962.html>

**Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

Направление подготовки: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2023

Освоение дисциплины (модуля) предполагает использование следующего программного обеспечения и информационно-справочных систем:

Office Professional Plus 2010,

Kaspersky Endpoint Security для Windows

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, учебно-методические комплексы, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (ФГОС ВО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе Издательства "Лань", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС Издательства "Лань" включает в себя электронные версии книг издательства "Лань" и других ведущих издательств учебной литературы, а также электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам. ЭБС Издательства "Лань" обеспечивает доступ к научной, учебной литературе и научным периодическим изданиям по максимальному количеству профильных направлений с соблюдением всех авторских и смежных прав.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен обучающимся. Многопрофильный образовательный ресурс "Консультант студента" является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Полностью соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования к комплектованию библиотек, в том числе электронных, в части формирования фондов основной и дополнительной литературы.