

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Горно-Алтайский государственный университет»
(ФГБОУ ВО ГАГУ, ГАГУ, Горно-Алтайский государственный университет)

Спортивная медицина рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности
Учебный план	49.03.01_2025_1145-3Ф.plx 49.03.01 Физическая культура Физкультурное образование
Квалификация	бакалавр
Форма обучения	заочная
Общая трудоемкость	4 ЗЕТ

Часов по учебному плану	144	Виды контроля на курсах:
в том числе:		экзамены 4
аудиторные занятия	22	
самостоятельная работа	112	
часов на контроль	7,75	

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	4		Итого	
	УП	РП		
Вид занятий				
Лекции	10	10	10	10
Практические	12	12	12	12
Консультации (для студента)	1	1	1	1
Контроль самостоятельной работы при проведении аттестации	0,25	0,25	0,25	0,25
Консультации перед экзаменом	1	1	1	1
В том числе инт.	2	2	2	2
Итого ауд.	22	22	22	22
Контактная работа	24,25	24,25	24,25	24,25
Сам. работа	112	112	112	112
Часы на контроль	7,75	7,75	7,75	7,75
Итого	144	144	144	144

Программу составил(и):

к.б.н., доцент, Симонова О.И.

Рабочая программа дисциплины

Спортивная медицина

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

49.03.01 Физическая культура

утвержденного учёным советом вуза от 30.01.2025 протокол № 2.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры

кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от 10.04.2025 протокол № 7

Зав. кафедрой Грушин Сергей Николаевич

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры
кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от _____ 2026 г. № ____
Зав. кафедрой Грушин Сергей Николаевич

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2027-2028 учебном году на заседании кафедры
кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от _____ 2027 г. № ____
Зав. кафедрой Грушин Сергей Николаевич

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2028-2029 учебном году на заседании кафедры
кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от _____ 2028 г. № ____
Зав. кафедрой Грушин Сергей Николаевич

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2029-2030 учебном году на заседании кафедры
кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от _____ 2029 г. № ____
Зав. кафедрой Грушин Сергей Николаевич

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	<i>Цели:</i> вооружить будущего педагога, учителя физической культуры, знаниями и практическими навыками сохранения и укрепления здоровья учащихся и лиц, занимающихся физкультурой и спортом
1.2	<i>Задачи:</i> - обеспечение допуска к занятиям физкультурой и спортом; - участие в вопросах спортивной ориентации и отбора; - осуществление систематического контроля за функциональным состоянием организма у занимающихся физкультурой и спортом; - обоснование рациональных режимов занятий и тренировок для разных контингентов занимающихся физкультурой и спортом; - предупреждение заболеваний, травм и специфических повреждений, возникающих при нерациональных занятиях физкультурой и спортом;

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.О.18
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	
2.1.2	Гигиена физического воспитания и спорта
2.1.3	Физиология физического воспитания и спорта
2.1.4	Возрастная анатомия, физиология и гигиена
2.1.5	Анатомия человека
2.1.6	Механизмы двигательной активности
2.1.7	Физиология человека
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Антропология

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	
ИД-3.ОПК-4: Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности организаторов и судей соревнования; основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинского обеспечения соревнований	
Знает - требования для медицинского допуска участников — оформление заявки, соответствие возраста и квалификации установленным требованиям - требования предъявляемые к местам соревнований, инвентарю и оборудованию, размещению и питанию участников для прохождения санитарного контроля - способы оценки состояния здоровья участников соревнований в целях предупреждения заболеваний, травм, перенапряжения умеет -соблюдать требования предъявляемые для медицинского допуска участников - соблюдать требования предъявляемые к местам соревнований, инвентарю и оборудованию, размещению и питанию участников для прохождения санитарного контроля владеет - способами оценки состояния здоровья участников соревнований в целях предупреждения заболеваний, травм, перенапряжения	
ОПК-7: Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	

ИД-1.ОПК-7: 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							
знает -негативное влияние внешних и внутренних факторов умеет -организовывать безопасное пространство для обучающихся, - оперативно реагировать на нештатные ситуации - применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности владеет - методами организации безопасного пространства для обучающихся							
- методикой оперативного реагирования на нештатные ситуации - действиями для устранения или снижения опасности							
ИД-2.ОПК-7: Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь							
знает - основные группы факторов оказывающих негативное воздействие на состояние здоровья обучающихся как в учебно-воспитательном процессе, так и во время внеурочной деятельности; умеет - осуществлять необходимый комплекс профилактических и лечебных мероприятий в отношении учащихся по предупреждению развития различных заболеваний и реабилитации их при широком спектре нарушений здоровья; - формулировать конкретные задачи ЛФК в физическом воспитании различных групп населения, составлять комплекс ЛФК и рекомендации по проведению массажа с учетом возраста, пола, прошлого двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы. владеет - методикой оздоровительных физкультурно-спортивных мероприятий и методами организации комплексного физиологического и психолого-педагогического контроля за состоянием здоровья обучающихся; - методами и организацией комплексного физиологического и психолого-педагогического контроля состояния организма при нагрузках ЛФК.							

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Спортивная медицина как наука.						
1.1	Спортивная медицина как наука. История развития отечественной спортивной медицины. Цели и задачи спортивной медицины. Принципы организации отечественной спортивной медицины. Понятие о здоровье и болезни /Лек/	4	2	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	рефераты, тестирование
1.2	Спортивная медицина как наука. Понятие о здоровье и болезни /Пр/	4	2	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	

1.3	Понятие о здоровье и болезни. Этиология (причины болезни). Внешние причины болезни. Внутренние причины болезни. Патогенез – механизм развития болезни. Составные части патогенеза. Основные формы возникновения, течения и окончания болезни. Терминальные состояния. Патологическая наследственность. Реактивность организма. Иммунологическая реактивность. Понятие об иммунитете. Факторы естественной резистентности. Понятие об иммунодефиците. /Ср/	4	20	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
1.4	Методы исследования физического развития. Наружный осмотр (соматоскопия). Антропометрия (соматометрия). Принципы определения типа конституции /Пр/	4	2	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	практическая работа с элементами демонстрации
1.5	Оценка физического развития различными методами. Оценка физического развития методом индексов. Оценка физического развития методом стандартов. Оценка физического развития методом корреляции. Оценка физического развития центильным методом. Определение и оценка биологического возраста. Заключение о физическом развитии спортсменов. /Ср/	4	20	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
	Раздел 2. Характеристика функционального состояния спортсмена. Диагностика физической работоспособности и функциональной готовности спортсмена						
2.1	Характеристика функционального состояния спортсмена /Пр/	4	2	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
2.2	Методы исследования нервной системы у спортсмена. Исследование нервно-мышечного аппарата. Отдельные синдромы при заболеваниях нервной системы. Влияние занятий спортом на функциональное состояние нервной системы. Исследование функционального состояния системы внешнего дыхания у спортсменов. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Общеклинические методы исследования сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Дополнительные методы исследования сердечно-сосудистой системы у спортсменов. /Ср/	4	20	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	рефераты, тестирование
2.3	Характеристика функционального состояния спортсмена. Диагностика физической работоспособности и функциональной готовности спортсмена /Лек/	4	4	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	

	Раздел 3. Медико-педагогический контроль в процессе тренировочных занятий и соревнований Медицинский контроль в массовой физической культуре						
3.1	Медико-педагогический контроль в процессе тренировочных занятий и соревнований Медицинский контроль в массовой физической культуре /Лек/	4	2	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
3.2	Диагностика физической работоспособности и функциональной готовности спортсмена /Пр/	4	2	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	2	практическая работа с элементами демонстрации
3.3	Основные функциональные пробы с физическими нагрузками. Классификация функциональных проб с физическими нагрузками. Простые пробы: Котова-Демина, комбинированная проба Летунова. Определение физической работоспособности простыми и косвенными методами (проба Руфье, Гарвардский степ-тест). Использование Гарвардский степ-теста для определения физической работоспособности. Сложные методы определения физической работоспособности (велоэргометрия, использование тредбана). /Ср/	4	28	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
	Раздел 4. Восстановление спортивной работоспособности: педагогические, психологические, медицинские, физические факторы						
4.1	Средства восстановления спортивной работоспособности: педагогические, психологические, медицинские, физические. /Пр/	4	2	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
4.2	Значение и оценка восстановления в спорте. Основные принципы использования восстановительных средств в спорте. Физические факторы восстановления. Фармакологические средства восстановления. Возмещение жидкости и электролитов в условиях спортивной деятельности. Оптимизация сна у спортсменов. Оптимизация питания у спортсменов. Устранение факторов, препятствующих детоксикационной функции печени в условиях напряженной мышечной деятельности /Ср/	4	10	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	рефераты, тестирование
	Раздел 5. Спортивная патология						
5.1	Спортивная патология. Первая помощь при неотложных состояниях в спорте /Лек/	4	2	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	лекция-визуализация
5.2	Спортивная патология /Пр/	4	2	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	

5.3	Заболевания центральной и периферической нервной системы. Заболевания сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Заболевания системы органов дыхания у спортсменов. Заболевания системы органов пищеварения у спортсменов. Заболевания системы органов мочевого выделения у спортсменов. Заболевания опорно-двигательного аппарата у спортсменов. Заболевания ЛОР-органов у спортсменов. Заболевания органа зрения у спортсменов. Пороки сердца. Инфаркт миокарда. /Ср/	4	14	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
	Раздел 6. Консультации						
6.1	Консультация по дисциплине /Конс/	4	1	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4		0	
	Раздел 7. Промежуточная аттестация (экзамен)						
7.1	Подготовка к экзамену /Экзамен/	4	7,75	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4		0	
7.2	Контроль СР /КСРАтт/	4	0,25	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4		0	
7.3	Контактная работа /КонсЭк/	4	1	ИД-1.ОПК-7 ИД-2.ОПК-7 ИД-3.ОПК-4		0	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Пояснительная записка

1. Назначение фонда оценочных средств. Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины «Спортивная медицина».

2. Фонд оценочных средств включает для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме тестовых заданий, рефератов, вопросов к зачёту.

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения практических занятий и в виде выполнения тестовых заданий.

Текущий контроль за самостоятельным изучением некоторых разделов дисциплины осуществляется в форме реферата.

5.2. Оценочные средства для текущего контроля

Контрольные тесты и задания

Название вопроса: 1. (ОПК -7)

Формулировка вопроса: 1. Для занятий физическим воспитанием выделяют следующие медицинские группы

а) сильная, ослабленная, специальная

б) основная, подготовительная, специальная

в) физически подготовленные, слабо физически подготовленные, физически не подготовленные

г) первая - без отклонений в состоянии здоровья; вторая - с незначительными отклонениями в состоянии здоровья; третья - больные

Ключ: б

Название вопроса: 2. (ОПК -4)

Формулировка вопроса: Впишите в ответ фамилию учёного разработавшего теорию моторно-висцеральных рефлексов,

раскрывающую взаимосвязь движений с функцией органов:

Ключ: Могендович

Название вопроса: 3. (ОПК -4)

Формулировка вопроса: Верно ли утверждение: под влиянием физических нагрузок происходит повышение обмена веществ, усиление газообмена, активизация кровообращения

Ключ: верно

Название вопроса: 4. (ОПК-4)

Формулировка вопроса: Найдите соответствие физических свойств мышц с их характеристикой

- | | |
|----------------|---|
| 1 сила | Способность мышц изменять длину под влиянием приложенной силы |
| 2 эластичность | Способность восстанавливать первоначальную форму, после прекращения действия сил, вызвавших её деформацию |
| 3 растяжимость | Определяется максимальным грузом, который мышца поднимает |

Ключ: 3,1,2

Название вопроса: 5 (ОПК-7)

Формулировка вопроса: Впишите в ответ словосочетание: Сердечно-легочную реанимацию необходимо начинать только при отсутствии у пострадавшего Наиболее простым способом проверки ... является, прежде всего, оценка сознания и дыхания у пострадавшего. Согласно современным рекомендациям проверка пульса на сонной артерии для определения не является обязательной.

Ключ: признаков жизни

Название вопроса: 5 (ОПК-7)

Формулировка вопроса: Впишите в ответ пропущенное слово Комбинированной называется: одновременно присутствующие повреждения, вызванные воздействием нескольких различных факторов

Ключ: травмой

Примерные тесты для входного контроля

1. Для занятий физическим воспитанием выделяют следующие медицинские группы

- а) сильная, ослабленная, специальная
- б) основная, подготовительная, специальная
- в) физически подготовленные, слабо физически подготовленные, физически не подготовленные
- г) первая - без отклонений в состоянии здоровья; вторая - с незначительными отклонениями в состоянии здоровья; третья - больные

2. Контингент спортсменов и физкультурников, подлежащий диспансеризации во врачебно-физкультурном диспансере, составляют

- а) спортсмены сборных команд по видам спорта республик и городов
- б) учащиеся школ, вузов, отнесенные к спецгруппам для занятий физвоспитанием
- в) юные спортсмены, учащиеся спортшкол и ДСО
- г) лица, занимающиеся массовой физкультурой
- д) правильно а) и в)

3. Основными направлениями работы врачебно-физкультурного диспансера является все перечисленное, исключая

- а) проведение антидопингового контроля у спортсменов
- б) организационно-методическое руководство лечебно-профилактическими учреждениями по вопросам ВК и ЛФК
- в) диспансерное наблюдение занимающихся физкультурой и спортом
- г) организация и проведение мероприятий по реабилитации спортсменов после травм и заболеваний

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

- а) общее, специализированное, перед соревнованием
- б) основное, дополнительное, повторное
- в) первичное, текущее, дополнительное
- г) перед занятием спортом и ежегодно 1 раз в год

5. В содержание заключения врача по диспансерному наблюдению спортсменов входит все перечисленное, кроме

- а) оценки здоровья и функционального состояния спортсменов
- б) оценки степени тренированности
- в) рекомендаций лечебно-профилактических мероприятий
- г) рекомендаций по режиму тренировочных нагрузок

6. Обязательный объем функционально-диагностических и лабораторных исследований при первичном обследовании спортсмена включает все перечисленное, кроме

- а) рентгеноскопии органов грудной клетки
- б) исследования кислотно-щелочного состояния крови
- в) электрокардиографии
- г) клинических анализов крови и мочи

д) функциональной пробы с физической нагрузкой

7. Общие принципы закаливания организма предусматривают

- а) начинать закаливающие процедуры с комфортных температур
- б) постепенно увеличивать силу закаливающего воздействия
- в) проводить закаливающие процедуры регулярно, без перерывов
- г) выполнять закаливающие процедуры на разном уровне теплопродукции организма
- д) все перечисленное

8. К неблагоприятным реакциям организма человека на длительное или интенсивное холодное воздействие относятся

- а) длительный спазм периферических и коронарных сосудов
- б) спазм гладкой мускулатуры бронхов
- в) нарушение функции мальпигиевых клубочков
- г) нарушение проницаемости сосудистой стенки
- д) все перечисленное

9. Основными гигиеническими требованиями, предъявляемыми к спортивной одежде, являются все перечисленное, кроме

- а) гигроскопичности материала
- б) паропроницаемости
- в) поглощаемости солнечных лучей
- г) хорошей тепло- и ветрозащиты

10. Гигиеническая норма содержания O₂ в воздухе спортивных залов и залов ЛФК в % составляет

- а) 5-10%
- б) 11-15%
- в) 16-19%
- г) 20-21%
- д) 22-25%

Примерные тесты для промежуточной аттестации I

1. Термин "спортивная медицина" включает

- а) метод определения функционального состояния спортсменов
- б) метод наблюдений спортсменов на тренировках и соревнованиях
- в) система медицинского обеспечения всех контингентов занимающихся физкультурой и спортом
- г) изучение состояния здоровья спортсменов и физкультурников
- д) все перечисленное

2. Цель и задачи спортивной медицины включают все перечисленное, кроме

- а) специализированного лечения высококвалифицированных спортсменов
- б) содействия эффективности физического воспитания с целью укрепления здоровья и повышения трудоспособности
- в) организации и проведения лечебно-профилактических и санитарно-гигиенических мероприятий при занятиях физкультурой и спортом
- г) выявления ранних признаков заболеваний и повреждений, возникающих при нерациональных занятиях физкультурой и спортом

3. Профессиональные обязанности врача по спорту включает все перечисленное, кроме

- а) врачебного обследования занимающихся физкультурой и спортом
- б) диспансерного обслуживания прикрепленных контингентов
- в) организационно-методической работы в лечебно-профилактических учреждениях и спортивных организациях
- г) записи электрокардиограммы
- д) медицинского обслуживания спортивных мероприятий

4. Обязанности врача по спорту включают все перечисленное, кроме

- а) диагностики физического перенапряжения у спортсменов
- б) исследования физического развития у спортсменов и занимающихся физкультурой
- в) диагностики различных заболеваний у спортсменов
- г) выявления признаков отклонений у спортсменов в состоянии здоровья
- д) проведения профилактических мероприятий заболеваемости и травматизма у спортсменов

5. Нормы нагрузки врача по спорту за физкультурниками и спортсменами составляют

- а) при диспансерном углубленном обследовании - 30-50 мин
- б) при врачебном обследовании - 15-25 мин
- в) при прочих видах обращения спортсменов - 10 мин
- г) правильно а) и в)
- д) правильно б) и в)

6. Система организации врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом включает

- а) врачебный контроль за спортсменами проводят врачи-терапевты поликлиник
- б) врачебный контроль за физвоспитанием учащихся проводят врачи-педиатры поликлиник
- в) врачебный контроль за спортсменами проводят врачебно-физкультурные диспансеры и кабинеты врачебного контроля поликлиник
- г) врачебный контроль за физвоспитанием учащихся проводят врачи по спорту ВФД и поликлиник
- д) правильно в) и г)

7. Задачами врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом являются

- а) содействие физическому воспитанию населения
- б) определение состояния здоровья и функционального состояния физкультурников и спортсменов
- в) диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся, выявление ранних признаков физического перенапряжения
- г) медицинское обеспечение всех спортивных мероприятий
- д) все перечисленное

8. К контингентам, занимающимся физвоспитанием и спортом, подлежащим диспансеризации, относятся

- а) ведущие спортсмены
- б) учащиеся школ, студенты
- в) учащиеся детско-юношеских спортивных школ
- г) лица пожилого возраста, занимающиеся физкультурой самостоятельно
- д) правильно а) и в)

9. Различают следующие медицинские группы учащихся для занятий физвоспитанием, исключая

- а) лица с физическими дефектами
- б) подготовительная
- в) основная
- г) специальная

10. Врачебное заключение при диспансерном обследовании спортсмена включает

- а) оценку здоровья
- б) функциональное состояние и физическую работоспособность организма
- в) оценку физического развития
- г) режим тренировочных нагрузок и лечебно-профилактические мероприятия
- д) все перечисленное

Примерные тесты для промежуточной аттестации 2

1. Задачами диспансеризации ведущих спортсменов являются все перечисленное, кроме

- а) укрепления здоровья
- б) профилактики и выявления ранних признаков физического перенапряжения
- в) содействия повышению спортивного мастерства и работоспособности
- г) управления тренировочным процессом

2. К основным видам обследования спортсменов, подлежащих диспансеризации, относятся все перечисленное, кроме

- а) углубленных обследований в ВФД
- б) текущих наблюдений на тренировках и соревнованиях
- в) этапных обследований годового тренировочного цикла
- г) профилактических осмотров
- д) дополнительных обследований после травм и заболеваний

3. Объем диспансерного обследования спортсменов (обязательный) включает

- а) общий и спортивный анамнез
- б) врачебный осмотр, исследование физического развития
- в) проведение функциональных проб с физической нагрузкой
- г) общие анализы крови и мочи
- д) все перечисленное

4. Требуют обязательного разрешения врача перед соревнованием все перечисленные виды спорта, кроме

- а) марафонского бега
- б) бокса
- в) прыжков в воду
- г) подводного спорта

5. При гипертрофии сердца масса его у взрослого превышает

- а) 100 г
- б) 200 г
- в) 350 г
- г) 600 г

д) 750 г

6. Основными системами организма, обеспечивающими мышечную работу спортсмена, являются все перечисленные, кроме

- а) нервной
- б) кардиореспираторной
- в) мышечной
- г) биохимических процессов
- д) кожной чувствительности

7. Влияние физической тренировки на организм преимущественно проявляется

- а) через кожные рецепторы
- б) через сухожильные рецепторы
- в) через мышечные рецепторы
- г) через глазодвигательный нерв
- д) через слуховой нерв

8. Влияние систематических физических тренировок на центральную нервную систему проявляется

- а) повышением силы нервных процессов
- б) улучшением подвижности нервных процессов
- в) ускорением проведения нервно-мышечного возбуждения
- г) формированием двигательного динамического стереотипа
- д) правильно все перечисленное

9. Влияние физических тренировок на мышечную систему проявляется всем перечисленным, кроме

- а) повышения тонуса мышц
- б) гипертрофии мышц
- в) образованием новых сухожилий
- г) совершенствования координации движений
- д) повышения силы и выносливости мышц

10. Влияние физических тренировок на костную систему выражается всем перечисленным, кроме

- а) упрочения кости
- б) стимуляции роста костной ткани
- в) улучшения подвижности в суставах
- г) формирования правильной осанки
- д) роста межпозвонковых дисков

Критерии оценки:

«отлично», 84-100%, повышенный уровень: студент показал: прочные знания изученных тем; умеет доказательно обсуждать теоретические и практические проблемы лечебной физической культуры и массажа; способен применить изученный материал для обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности самостоятельно, свободно использовать справочную литературу.

«хорошо», 66-83%, пороговый уровень: студент показал: прочные знания, умение самостоятельно ориентироваться в рекомендованной справочной литературе.

«удовлетворительно», 50-65%, пороговый уровень: студент показал: поверхностное знание; умение с помощью преподавателя ориентироваться в основных понятиях; знакомство с рекомендованной справочной литературой.

«неудовлетворительно», менее 50%, уровень не сформирован.

При ответе студента выявились существенные пробелы в знаниях.

5.3. Темы письменных работ (эссе, рефераты, курсовые работы и др.)

Темы рефератов/докладов:

1. История развития отечественной спортивной медицины.
2. Принципы организации отечественной спортивной медицины.
3. Этиология (причины болезни). Внутренние причины болезни.
4. Составные части патогенеза.
5. Терминальные состояния.
6. Реактивность организма.
7. Понятие об иммунитете. Понятие об иммунодефиците.
8. Аллергия. Анафилаксия.
9. Соматоскопия. Антропометрия
10. Типы конституции.
11. Тотальные размеры тела. Их определение.
12. Оценка физического развития методом индексов.
13. Оценка физического развития методом корреляции.
14. Определение и оценка биологического возраста.

15. Функциональное тестирование.
16. Исследование вегетативной нервной системы у спортсмена.
17. Исследование нервно-мышечного аппарата у спортсмена.
18. Влияние занятий спортом на состояние нервной системы.
19. Исследование жизненной емкости легких.
20. Инструментальные методы исследования системы дыхания.
21. Общеклинические методы исследования сердечно-сосудистой системы у спортсменов.
22. Основные функциональные пробы с физическими нагрузками.

Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется студентам, которые в полном объеме раскрыли тему реферата и защитили в виде доклада (5-7 мин) на занятии, изложение и оформление реферата отвечает предъявляемым требованиям
- оценка «хорошо» выставляется студентам, которые раскрыли тему реферата и защитили в виде доклада (5-7 мин) на занятии, изложение и оформление реферата отвечает основным требованиям, но при этом имеются не принципиальные замечания
- оценка «удовлетворительно» выставляется студентам, которые раскрыли тему реферата и защитили в виде доклада (5-7 мин) на занятии, изложение и оформление реферата отвечает не всем требованиям, имеются принципиальные замечания
- оценка «неудовлетворительно» выставляется студентам, не выполнившим работу.

5.4. Оценочные средства для промежуточной аттестации

Оценочное средство вопросы к экзамену:

1. Цели и задачи спортивной медицины
2. Понятие о здоровье и болезни
3. Внешние причины болезни
4. Внутренние причины болезни.
5. Патогенез – механизм развития болезни
6. Понятие об иммунитете
7. Факторы естественной резистентности
8. Методы исследования физического развития
9. Определение типа телосложения и осанки
10. Оценка физического развития различными методами
11. Заключение о физическом развитии спортсменов
12. Методы исследования нервной системы у спортсмена
13. Функциональные пробы системы внешнего дыхания
14. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы у спортсменов
15. Дополнительные методы исследования сердечно-сосудистой системы у спортсменов
16. Основные функциональные пробы с физическими нагрузками
17. Классификация функциональных проб с физическими нагрузками. Проба Котова- Демина, комбинированная проба Летунова
18. Определение физической работоспособности простыми и косвенными методами (проба Руфье, Гарвардский степ-тест)
19. Использование Гарвардского степ-теста для определения физической работоспособности
20. Сложные методы определения физической работоспособности (велоэргометрия, использование тредбана)
21. Использование функциональных проб с максимальными нагрузками
22. Влияние физической нагрузки на сердечно-сосудистую систему
23. Физиологические основы мышечной работы (физическая работоспособность)
24. Формирование устойчивой адаптации к нагрузкам динамического статического характера
25. Реакция кардиореспираторной системы на физическую нагрузку
26. Принципы оценки состояния здоровья в практике спортивной медицины
27. Принципы допуска к занятиям физической культурой и спортом
28. Принципы обследования опорно-двигательного аппарата у спортсменов
29. Принципы исследования функциональных возможностей вестибулярного анализатора
30. Принципы исследования функциональных возможностей зрительного анализатора
31. Принципы исследования функциональных возможностей кардиореспираторной системы
32. Текущий и срочный врачебно-педагогический контроль
33. Методы экспресс-оценки уровня физического состояния
34. Принципы организации медицинского обеспечения спортивных соревнований. Допинг- контроль и секс- контроль
35. Факторы риска для здоровья человека
36. Комплекс медицинских обследований при допуске к занятиям оздоровительной физической культурой
37. Принципы определения уровня общей физической работоспособности у лиц среднего и пожилого возраста
38. Двигательная активность, ее определение
39. Двигательные режимы в системе оздоровительной физической культуры
40. Различия двигательных режимов лечебной физкультуры, массовой физкультурно- оздоровительной работы и спорта
41. Механизм оздоровительного влияния физических упражнений.
42. Опасность гипокинезии
43. Значение и оценка восстановления в спорте

44. Основные принципы использования восстановительных средств в спорте
45. Физические факторы восстановления
46. Фармакологические средства восстановления
47. Возмещение жидкости и электролитов в условиях спортивной деятельности
48. Постнагрузочное возмещение дефицита жидкости в организме
49. Оптимизация сна у спортсменов
50. Заболевания центральной и периферической нервной системы
51. Заболевания сердечно-сосудистой системы у спортсменов
52. Заболевания системы органов дыхания у спортсменов
53. Заболевания системы органов пищеварения у спортсменов
54. Заболевания системы органов мочевого выделения у спортсменов
55. Заболевания опорно-двигательного аппарата у спортсменов
56. Заболевания ЛОР-органов у спортсменов
57. Заболевания органа зрения у спортсменов
58. Пороки сердца
59. Острые нарушения мозгового кровообращения. Неотложная помощь
60. Сотрясение головного мозга. Неотложная помощь
61. Ушиб (контузия) головного мозга. Неотложная помощь
62. Сдавление головного мозга. Неотложная помощь
63. Закрытые повреждения позвоночника и головного мозга. Неотложная помощь
64. Травмы внутренних органов. Неотложная помощь -
65. Травмы ЛОР-органов, зубов и глаз. Неотложная помощь
66. Кровотечения. Неотложная помощь
67. Переломы. Вывихи. Неотложная помощь
68. Реанимационные мероприятия при неотложных состояниях.

Пример билета:

УТВЕРЖДЕНО Горно-Алтайский государственный университет
на заседании кафедры
от 09.03.2023 г.
Протокол № 7
Зав. кафедрой _____

подпись

Дисциплина: Спортивная медицина

Кафедра: Физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Факультет: Психолого-педагогический

Экзаменационный билет № 1

1. Кровотечения. Неотложная помощь
2. Заболевания сердечно-сосудистой системы у спортсменов

Подпись экзаменатора _____

Критерии оценки ответов на экзамен

- оценка «отлично» выставляется студентам, которые раскрыли в полном объеме все вопросы экзаменационного билета, при ответе использовали необходимую терминологию дисциплины "Спортивная медицина", свободно ориентировались во вопросах спортивной патологии, осознавали значимость дисциплины для будущей профессии педагога.
- оценка «хорошо» выставляется студентам за основные знания программного материала, за ответы на все вопросы экзаменационного билета с незначительными замечаниями
- оценка «удовлетворительно» выставляется студентам, допустившим погрешности непринципиального характера в ответах, раскрывшим вопросы экзаменационного билета не в полном объеме
- оценка «неудовлетворительно» выставляется студентам, имеющим слабое понимание предмета, либо вовсе не имеющим никаких знаний

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л1.1	Белова Л.В.	Спортивная медицина: учебное пособие	Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2016	http://www.iprbookshop.ru/66109.html

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л1.2	Солодков А. С., Сологуб Е. Б.	Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник	Москва: Издательство «Спорт», 2025	https://www.iprbookshop.ru/149852.html

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л2.1	Граевская Н.Д., Долматова Т.И.	Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия. Ч.2: учебно- методическое пособие	Москва: Советский спорт, 2005	
Л2.2	Макарова Г.А.	Спортивная медицина: учебник для вузов	Москва: Советский спорт, 2008	
Л2.3	Куртев С.Г., Кузнецова И.А., Еремеев [и др.] С.И.	Руководство к практическим занятиям по курсу спортивной медицины: учебное пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016	http://www.iprbookshop.ru/74278.html

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	MS Office
6.3.1.2	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса СТАНДАРТНЫЙ
6.3.1.3	MS WINDOWS
6.3.1.4	Яндекс.Браузер
6.3.1.5	LibreOffice
6.3.1.6	NVDA
6.3.1.7	РЕД ОС

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	Межвузовская электронная библиотека
6.3.2.2	Электронно-библиотечная система IPRbooks
6.3.2.3	База данных «Электронная библиотека Горно-Алтайского государственного университета»
6.3.2.4	Электронно-библиотечная система «Издательство Лань»

7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

	лекция-визуализация	
	практическая работа с элементами демонстрации	

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Номер аудитории	Назначение	Основное оснащение
307 А1	Лаборатория безопасности жизнедеятельности. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнение курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Рабочее место преподавателя. Посадочные места для обучающихся (по количеству обучающихся). Тренажер Максим 1-01, шина медицинская, тренажер «Степа» для отработки действий при оказании помощи в воде, фантом-система дыхания и наруж. массажа сердца, Тренажер - манекен взрослого пострадавшего «Александр», ученическая доска, столы, стулья, стенд «Приборы радиационной и химической разведки», стенд «Средства индивидуальной и групповой защиты», аптечка медицинская, шина медицинская. Интерактивная доска, проектор, ноутбук
207 А4	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для самостоятельной работы	Персональные компьютеры. Рабочее место преподавателя. Посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся)

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Данная дисциплина проводится в форме лекций и практических занятий.

Лекции

Лекции – это одна из основных форм учебных занятий в высших учебных заведениях, представляющая собой систематическое, последовательное устное изложение преподавателем определенного раздела конкретной науки или учебной дисциплины, с другой – это особая форма самостоятельной работы с учебным материалом. Лекция не заменяет собой книгу, она только подталкивает к ней, раскрывая тему, проблему, выделяя главное, существенное, на что следует обратить внимание, указывает пути, которым нужно следовать, добиваясь глубокого понимания поставленной проблемы, а не общей картины.

Работа на лекции – это сложный процесс, который включает в себя такие элементы, как слушание, осмысление и собственно конспектирование. Для того, чтобы лекция выполнила свое назначение, важно подготовиться к ней и ее записи еще до прихода преподавателя в аудиторию. Без этого дальнейшее восприятие лекции становится сложным. Лекция в университете рассчитана на подготовленную аудиторию. Преподаватель излагает любой вопрос, ориентируясь на те знания, которые должны быть у студентов, усвоивших материал всех предыдущих лекций. Важно научиться слушать преподавателя во время лекции, поддерживать непрерывное внимание к выступающему.

Однако, одного слушания недостаточно. Необходимо фиксировать, записывать тот поток информации, который сообщается во время лекции – научиться вести конспект лекции, где формулировались бы наиболее важные моменты, основные положения, излагаемые лектором. Для ведения конспекта лекции следует использовать тетрадь. Ведение конспекта на листочках не рекомендуется, поскольку они не так удобны в использовании и часто теряются. При оформлении конспекта лекции необходимо оставлять поля, где студент может записать свои собственные мысли, возникающие параллельно с мыслями, высказанными лектором, а также вопросы, которые могут возникнуть в процессе слушания, чтобы получить на них ответы при самостоятельной проработке материала лекции, при изучении рекомендованной литературы или непосредственно у преподавателя в конце лекции. Составляя конспект лекции, следует оставлять значительный интервал между строчками. Это связано с тем, что иногда возникает необходимость вписать в первоначальный текст лекции одну или несколько строчек, имеющих принципиальное значение и почерпнутых из других источников. Расстояние между строками необходимо также для подчеркивания слов или целых групп слов (такое подчеркивание вызывается необходимостью привлечь внимание к данному месту в тексте при повторном чтении). Обычно подчеркивают определения, выводы.

Также важно полностью без всяких изменений вносить в тетрадь схемы, таблицы, чертежи и т.п., если они предполагаются в лекции. Для того, чтобы совместить механическую запись с почти дословным фиксированием наиболее важных положений, можно использовать системы условных сокращений. В первую очередь сокращаются длинные слова и те, что повторяются в речи лектора чаще всего. При этом само сокращение должно быть по возможности кратким.

Методические указания по подготовке к практическим занятиям

Одной из важных форм самостоятельной работы является подготовка к практическому занятию.

При подготовке к практическим занятиям студент должен придерживаться следующей технологии:

1. внимательно изучить основные вопросы темы и план практического занятия, определить место темы занятия в общем содержании, ее связь с другими темами;
2. найти и проработать соответствующие разделы в рекомендованных нормативных документах, учебниках и дополнительной литературе;
3. после ознакомления с теоретическим материалом ответить на вопросы для самопроверки;
4. продумать свое понимание сложившейся ситуации в изучаемой сфере, пути и способы решения проблемных вопросов;
5. продумать развернутые ответы на предложенные вопросы темы, опираясь на лекционные материалы, расширяя и дополняя их данными из учебников, дополнительной литературы.

Методические указания по подготовке к самостоятельной работе

1. Цель самостоятельной работы студентов

Самостоятельная работа студентов является важнейшей составной частью процесса обучения. Целью самостоятельной работы студентов является закрепление тех знаний, которые они получили на аудиторных занятиях, а также способствовать развитию у студентов творческих навыков, инициативы, умению организовать свое время

Настоящие методические указания позволят студентам самостоятельно овладеть фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю подготовки, опытом творческой и исследовательской деятельности, и направлены на формирование компетенций, предусмотренных учебным планом по данному профилю.

Методические указания по подготовке и написанию рефератов

1. Под рефератом понимают продукт самостоятельной работы, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определённой научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на неё.
2. Подготовка и написание реферата является одной из активных форм обучения, задача состоит в том, чтобы с достаточной глубиной и полнотой раскрыть избранную тему, проявив при этом хорошие знание первоисточников, научной, учебной литературы, умение пользоваться ими.
3. Реферат должен удовлетворять следующим требованиям:
 - а) в нем должна излагаться теория вопроса, раскрываться значение проблемы для современного этапа развития науки и практики;
 - б) реферат не должен быть перегружен цитатами, изложен доказательно, логически последовательно, стилистически и орфографически грамотно;

- в) написание реферата должно быть творческим процессом, предполагающим самостоятельность мышления и наличие определенных навыков работы;
- г) в реферате необходимо выразить свое отношение к рассматриваемой проблеме, а также к позициям авторов использованных работ;
- д) общий объем реферата не должен превышать 25 страниц машинописного текста (реферат должен быть аккуратно оформлен, иметь достаточно большие поля, страницы необходимо пронумеровать и скрепить).
- 4. Работа над рефератом включает ряд этапов:
 - а) выбор темы. В примерной тематике рефератов с учетом профиля специальности представлен широкий перечень тем, и студент в соответствии со своими интересами может выбрать тему, согласовав ее с научным консультантом;
 - б) отбор литературы, которая может быть использована в процессе написания реферата. При отборе литературы рекомендуется пользоваться библиографическими пособиями, каталогами, списками произведений, указанных в программе;
 - в) изучение отобранной литературы. Здесь следует иметь в виду, что простое чтение учебной, политической, научной литературы недостаточно для усвоения ее содержания. Поэтому рекомендуется использовать специальные приемы и методы работы с печатным словом (выписка цитат, составление тезисов, конспектов);
 - г) разработка плана, который должен включать четко сформулированные вопросы, последовательно определяющие ведущие идеи и положения темы реферата.

Как правило, реферат состоит из трех частей: введения, основной части и заключения.

Во введении следует дать краткое обоснование актуальности и значимости избранной темы, необходимо обозначить объект и предмет, цель и задачи исследования и, если это необходимо, раскрыть историю излагаемой проблемы.

В основной части раскрывается основное содержание темы, освещаются ее теоретические проблемы, показывается, какое отражение они нашли в истории философии. Если этого требует тема, необходимо дать сравнительный анализ имеющихся в литературе представлений по данному вопросу.

В заключительной части делается необходимый вывод и обобщение (Примечание: вводная и заключительная части реферата в совокупности не должны составлять более одной четверти его объема).

Завершается реферат списком использованной литературы с указанием авторов, полного названия произведений, места и года их издания. Литература размещается по алфавиту.

5. Оформление реферата.

- а) титульный лист;
- б) на второй странице дается оглавление (план) реферата с указанием глав (параграфов) и страниц. Название глав должно быть указано в тексте реферата.
- 6. Объем реферата должен быть не менее 15 и не более 25 страниц машинописного текста через 1,5 интервала на одной стороне стандартного листа А4 с соблюдением следующего размера полей: верхнее и нижнее – 2, правое – 1,5, левое – 3 см. Шрифт – 14. Реферат может быть и рукописным, написанным ровными строками (не менее 30 на страницу), ясно читаемым почерком. Абзацный отступ – 5 печатных знаков. Страницы нумеруются в нижнем правом углу без точек. Первой страницей считается титульный лист, нумерация на ней не ставится, второй – оглавление.

Критерии оценки реферата:

Срок сдачи готового реферата определяется преподавателем.

В случае отрицательного заключения преподавателя студент обязан доработать или переработать реферат. Срок доработки реферата устанавливается руководителем с учетом сущности замечаний и объема необходимой доработки.

Оценка "отлично" выставляется за реферат, который носит исследовательский характер, содержит грамотно изложенный материал, с соответствующими обоснованными выводами.

Оценка "хорошо" выставляется за грамотно выполненный во всех отношениях реферат при наличии небольших недочетов в его содержании или оформлении.

Оценка "удовлетворительно" выставляется за реферат, который удовлетворяет всем предъявляемым требованиям, но отличается поверхностностью, в нем просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные выводы.

Оценка "неудовлетворительно" выставляется за реферат, который не носит исследовательского характера, не содержит анализа источников и подходов по выбранной теме, выводы носят декларативный характер.

Методические рекомендации по подготовке к тестированию

Тесты – это вопросы или задания, предусматривающие конкретный, краткий, четкий ответ на имеющиеся эталоны ответов.

При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо:

- а) готовясь к тестированию, проработайте информационный материал по дисциплине. Проконсультируйтесь с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы;
 - б) четко выясните все условия тестирования заранее. Вы должны знать, сколько тестов Вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д.
 - в) приступая к работе с тестами, внимательно и до конца прочтите вопрос и предлагаемые варианты ответов. Выберите правильные (их может быть несколько). На отдельном листке ответов выпишите цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам;
 - г) в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант.
 - д) если Вы встретили чрезвычайно трудный для Вас вопрос, не тратьте много времени на него. Переходите к другим тестам. Вернитесь к трудному вопросу в конце.
 - е) обязательно оставьте время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.
- Тестирование - позволяет оценить знание фактического материала, умение логически мыслить, способность к рефлексии и творчески подходить к решению поставленной задачи.

При проверке знаний, умений, качества овладения компетенциями используются две группы тестов:

- а) тесты специальных способностей и достижений (задания с несколькими вариантами выбора).
- в) тесты со свободными ответами (предполагают элементы творчества и личностного самовыражения, проявляют сверх нормативные знания и умения обучающихся).

Критерии оценки:

- «отлично», 84-100%, повышенный уровень;
- «хорошо», 66-83%, пороговый уровень;
- «удовлетворительно», 50-65%, пороговый уровень;
- «неудовлетворительно», менее 50%, уровень не сформирован

Методические рекомендации по подготовке к экзамену

Изучение дисциплины «Спортивная медицина» завершается сдачей экзамена. Экзамен является формой итогового контроля знаний и умений, полученных на лекциях, семинарских, практических занятиях и в процессе самостоятельной работы.

В период подготовки к экзамену студенты вновь обращаются к пройденному учебному материалу. При этом они не только скрепляют полученные знания, но и получают новые. Подготовка студента к экзамену включает в себя три этапа:

- аудиторная и внеаудиторная самостоятельная работа в течение семестра;
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие зачёту по темам курса;
- подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в вопросах зачёта.

Литература для подготовки к экзамену рекомендуется преподавателем либо указана в рабочей программе дисциплины.

Основным источником подготовки к экзамену является конспект лекций, где учебный материал дается в систематизированном виде, основные положения его детализируются, подкрепляются современными фактами и информацией, которые в силу новизны не вошли в опубликованные печатные источники. В ходе подготовки к экзамену студентам необходимо обращать внимание не только на уровень запоминания, но и на степень понимания излагаемых проблем.

Экзамен проводится по вопросам, охватывающим весь пройденный материал. По окончании ответа преподаватель может задать студенту дополнительные и уточняющие вопросы. На подготовку к ответу по вопросам студенту дается 40 минут с момента получения им билета.

Критерии оценки ответов на экзамен

- оценка «отлично» выставляется студентам, которые раскрыли в полном объеме все вопросы экзаменационного билета, при ответе использовали необходимую терминологию дисциплины "Спортивная медицина", свободно ориентировались во вопросах спортивной патологии, осознавали значимость дисциплины для будущей профессии педагога.
- оценка «хорошо» выставляется студентам за основные знания программного материала, за ответы на все вопросы экзаменационного билета с незначительными замечаниями
- оценка «удовлетворительно» выставляется студентам, допустившим погрешности не принципиального характера в ответах, раскрывшим вопросы экзаменационного билета не в полном объеме
- оценка «неудовлетворительно» выставляется студентам, имеющим слабое понимание предмета, либо вовсе не имеющим никаких знаний