

**Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Северо-Осетинский государственный университет  
имени Коста Левановича Хетагурова»**

**УТВЕРЖДАЮ  
проректор по УР**

 **А.М. Дигурова**  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20**17**г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Спортивная медицина»**

**Направление 44.03.01 Педагогическое образование**

**Профиль Физическая культура**

**Квалификация (степень) выпускника – бакалавр**

**Форма обучения**

**Очная**

**Владикавказ 2017**

Программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по направлению 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 4 декабря 2015 г., № 1426, учебным планом подготовки бакалавра по направлению 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденным ученым советом ФГБОУ ВО «Северо-Осетинский государственный университет имени Коста Левановича Хетагурова» от 27.04.2017 г., протокол № 11.

Составитель: Профессор Доева А.Н.

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин (30 июня 2017 г., протокол № 11)

Зав. каф.  Хамикоев Феликс Георгиевич

Одобрена советом факультета физической культуры и спорта (3 июля 2017 г., протокол № 5)

Председатель  Хамикоев Феликс Георгиевич

## 1. Структура и общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 часа).

|                                    |                      |
|------------------------------------|----------------------|
|                                    | Очная форма обучения |
| Курс                               | 4                    |
| Семестр                            | 7                    |
| Лекции                             | 20                   |
| Практические (семинарские) занятия | 20                   |
| Лабораторные занятия               | -                    |
| Консультации                       | -                    |
| Итого аудиторных занятий           | 40                   |
| Самостоятельная работа             | 41                   |
| Курсовая работа                    | -                    |
| Форма контроля                     |                      |
| Экзамен                            | 6 семестр (27)       |
| Зачет                              | -                    |
| Общее количество часов             | 108                  |

## 2. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Спортивная медицина» в соответствии с профессиональным стандартом 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального, общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель), утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г., регистрационный № 30550), с изменениями, внесенными приказами Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 25 декабря 2014 г. № 1115н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации от 19 февраля 2015 г., регистрационный № 36091) и от 5 августа 2016 г. № 422н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации от 23 августа 2016 г., регистрационный № 43326) является формирование у обучающихся профессиональных компетенций, приобретение способностей применять полученные знания, умения и навыки в будущей педагогической деятельности, научиться выбирать оптимальные способы решения задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений, разрабатывать основные и дополнительные образовательные программы, разрабатывать отдельные их компоненты.

*Основная цель вида профессиональной деятельности:*

Осуществлять профессиональную деятельность в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования.

*Общепедагогическая функция. Обучение:*

- формирование мотивации к обучению и знаний об изучаемом дисциплине;
- создание у студентов систематизированного представления о дисциплине «Спортивная медицина».

*Воспитательная и развивающая деятельность:*

- воспитать отношение к профессии как социально востребованной отрасли знания, способной решать теоретические и прикладные задачи в области дисциплины «Спортивная медицина»;
- развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей.

*Педагогическая деятельность:*

- формирование умения использовать знания и умения дисциплины «Спортивная медицина» при организации учебных занятий с целью всестороннего и гармоничного развития физических качеств обучающихся;
- уметь обсуждать с обучающимися актуальные вопросы дисциплины «Спортивная медицина»;
- использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий;
- использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения.

*Развивающая деятельность*

- создание условий для развития интереса школьников к изучению физической культуры и путем вовлечения их в различные виды деятельности (индивидуальной и групповой, исследовательской, проектной, коммуникативной и др.).

### **3. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата**

Дисциплина «Спортивная медицина» является дисциплиной части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 учебного плана подготовки бакалавра по направлению 44.03.01 Педагогическое образование, профиль «Физическая культура».

Преподавание курса «Спортивная медицина» имеет профессиональную направленность и построено с учетом задач обучения, воспитания, охраны и укрепления здоровья учащихся.

Полученные знания необходимы для успешного освоения дисциплины ОПОП бакалавриата «Лечебная физическая культура и массаж», а также будут использоваться в процессе профессиональной деятельности преподавателя физической культуры.

При освоении дисциплины «Спортивная медицина», «Спортивная медицина», в соответствии с профессиональным стандартом 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. № 544н, студент сможет частично выполнять следующие трудовые функции:

| <i>Обобщенные трудовые функции</i> |  | <i>Трудовые функции</i> |   |
|------------------------------------|--|-------------------------|---|
| <i>код</i>                         | <i>наименование</i>  | <i>код</i>              | <i>наименование</i>   |
| <i>А</i>                           | <i>Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования</i> | <i>А/01.6</i>           | <i>Общепедагогическая функция. Обучение</i>   |
|                                    |  | <i>А/02.6</i>           | <i>Воспитательная деятельность</i>  |
|                                    |  | <i>А/03.6</i>           | <i>Развивающая деятельность</i>   |
| <i>В</i>                           | <i>Педагогическая деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ</i>  | <i>В/03.6</i>           | <i>Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования</i> |

**Предварительные компетенции:** в процессе обучения дисциплине «Спортивная медицина», преподаватель опирается на знания, полученные в ходе изучения следующих дисциплин: «Анатомия», «Биология с основами экологии», «Физиология человека», «Физиологические основы физического воспитания».

В результате освоения дисциплины «Анатомия» у обучающегося были сформированы следующие компетенции (УК-1; ОПК-8):

**универсальные компетенции (ОК):**

- Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач (УК-1);

**общепрофессиональными (ОПК):**

- Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний (ОПК-8).

В результате освоения дисциплины «Биология с основами экологии» у обучающегося были сформированы следующие компетенции (УК-1; ОПК-8):

**универсальные компетенции (ОК):**

- Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач (УК-1);

**общепрофессиональными (ОПК):**

- Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний (ОПК-8).

В результате освоения дисциплины «Физиология человека» у обучающегося были сформированы следующие компетенции: (УК-1; ОПК-8):

**универсальные компетенции (УК):**

- Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач (УК-1);

**общепрофессиональными (ОПК):**

- Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний (ОПК-8).

В результате освоения дисциплины «Физиологические основы физического воспитания» у обучающегося были сформированы следующие компетенции (ПК-2):

**профессиональными (ПК):**

- Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса (ПК-2).

В результате освоения группы дисциплин «Теория и методика обучения базовым видам спорта, в том числе; Гимнастика, Легкая атлетика, Подвижные и национальные игры, Спортивные игры, Настольный теннис, Плавание» у обучающегося были сформированы следующие компетенции (УК-7; ОПК-3):

**универсальные компетенции (УК):**

- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7).
- Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов (ОПК-3);

#### **4. Требования к результатам освоения дисциплины**

В результате освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» у обучающегося были сформированы следующие компетенции (ПК-2):

**профессиональными (ПК):**

- Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса (ПК-2).

Взаимосвязь планируемых результатов обучения по дисциплине с формируемыми компетенциями ОПОП.

| Коды компетенций ОПОП | Планируемые результаты обучения, соответствующие формируемым компетенциям ОПОП  |  |   |
|-----------------------|---|--|---|
|                       | Знать   | Уметь  | Владеть   |
| ПК-2                  | <p>ПК-2.1. Знает характеристику личностных, метапредметных и предметных результатов обучающихся</p> <p>ПК-2.2. Знает закономерности, принципы и уровни формирования и реализации содержания образовательного процесса</p> | <p>ПК-2.3. Умеет оказывать индивидуальную помощь и поддержку обучающимся в зависимости от их способностей, образовательных возможностей и потребностей</p> | <p>ПК-2.4. опытом отбора содержания обучения, в соответствии с целями и возрастными особенностями обучающихся</p> |

При проведении учебных занятий обеспечивается развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, преподавание дисциплин (модулей) в форме курсов, составленных на основе результатов научных исследований, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

### 5. Содержание и учебно-методическая карта дисциплины

| Номер недели | Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине  | занятия |     | Самостоятельная работа студентов   |      | Формы контроля   | Количество баллов |     | Литература |
|--------------|--|---------|-----|--|------|--|-------------------|-----|------------|
|              |  | л.      | пр. | содержание   | часы |  | min               | max |            |
| 1            | Введение в курс спортивной медицины. Цели, задачи спортивной медицины; содержание, история и организация История развития спортивной медицины Виды медицинского обследования занимающихся спортом Врачебно-физкультурный кабинет, диспансеры. Документация | 2       | 2   | Медицинское обследование, занимающихся физической культурой и спортом. Кабинеты врачебного контроля. Врачебно-физкультурный диспансер, задачи, структура, организация. Диспансерный метод наблюдения за спортсменами. Организация медицинского обеспечения. Понятие о генотипе, фенотипе. Телосложение. Конституция. Морфофункциональные показатели физического развития. Методы исследования физического развития | 4    | Конспект<br>Обсуждение в ходе устного опроса на практическом занятии<br>Выполнение тестовых заданий<br>Рубежное мероприятие<br>Экзамен | 0                 | 5   | [1-4]      |
| 2            | Основы общей патологии. Учение о здоровье и болезни. Основные термины и понятия в медицине. Причины заболеваний Иммунитет,   | 2       | 2   | Понятие об осанке. Оценка осанки (правильная осанка, типы нарушений осанки). Формы стопы. Плоскостопие. Форма грудной клетки.  | 4    | Конспект<br>Обсуждение в ходе устного опроса на практическом занятии<br>Выполнение   | 0                 | 5   | [1-4]      |

|   |  |   |   |  |   |  |   |   |       |
|---|--|---|---|--|---|--|---|---|-------|
|   | реактивность и резистентность: их учет в спортивной подготовке и при занятиях физической культурой<br>Виды аллергенов.<br>Возбудители инфекционных заболеваний, пути передачи инфекции |   |   | Состав тела<br>Абсолютные противопоказания к занятиям физической культурой.<br>Методы медицинского наблюдения при занятиях физической культурой (субъективные и объективные).<br>Организация и проведение медико-педагогического наблюдения за физическим воспитанием школьников и студентов |   | тестовых заданий<br>Рубежное мероприятие<br>Экзамен  |   |   |       |
| 3 | Физическое развитие.<br>Методы исследования и оценки<br>Антропометрия. Индексы физического развития, соматоскопия,<br>Определение состава тела.<br>Типы конституции                    | 2 | 2 | Понятие о медицинских группах.<br>Критерии распределения школьников на группы занятий физической культурой (основную, подготовительную, специальную).<br>Допуск к занятиям физической культурой после перенесенных заболеваний и травм   | 4 | Конспект<br>Обсуждение в ходе устного опроса на практическом занятии<br>Выполнение тестовых заданий<br>Рубежное мероприятие<br>Экзамен | 0 | 5 | [1-4] |
| 4 | Морфофункциональное состояние висцеральных систем организма, занимающихся физической культурой и спортом   | 2 | 2 | Морфофункциональные особенности организма спортсмена.<br>Функциональные пробы для оценки уровня функциональной готовности и физической работоспособности спортсмена<br>Определение веса жировой массы тела.  | 4 | Конспект<br>Обсуждение в ходе устного опроса на практическом занятии<br>Выполнение тестовых заданий                                    | 0 | 5 | [1-4] |

|   |   |   |   |  |   |  |   |   |       |
|---|---|---|---|--|---|--|---|---|-------|
|   |   |   |   | Определение абсолютного количества мышечной ткани. Определение активной массы тела   |   | Рубежное мероприятие<br>Экзамен  |   |   |       |
| 5 | Методы исследования сердечно-сосудистой системы.  | 2 | 2 | Особенности состояния сердечно-сосудистой системы спортсменов  | 4 | Конспект<br>Обсуждение в ходе устного опроса на практическом занятии<br>Выполнение тестовых заданий<br>Рубежное мероприятие<br>Экзамен | 0 | 5 | [1-4] |
| 6 | Исследование функционального состояния дыхательной системы». Основные характеристики дыхания: ЖЕЛ, мертвое пространство, МВЛ, МОД. Интегральная оценка функционального состояния внешнего дыхания | 2 | 2 | Профилактика спортивных травм.<br>Причины заболеваний у спортсменов.<br>Структура заболеваемости у спортсменов.<br>Причины, непосредственно связанные со спортом – нагрузка, нерациональный режим и условия тренировки, быта и питания | 4 | Конспект<br>Обсуждение в ходе устного опроса на практическом занятии<br>Выполнение тестовых заданий<br>Рубежное мероприятие<br>Экзамен | 0 | 5 |       |
| 7 | Функциональное состояние нервной системы и нервно-мышечного аппарата при систематических занятиях физической культурой и  | 2 | 2 | Организация врачебно-педагогических наблюдений.<br>Понятие о спортивном травматизме.<br>Причины спортивного травматизма.   | 4 | Конспект<br>Обсуждение в ходе устного опроса на практическом занятии   | 0 | 5 |       |

|   |  |   |   |  |   |  |   |   |       |
|---|--|---|---|--|---|--|---|---|-------|
|   | спортом. Методы исследования и оценки  |   |   | Спортивный травматизм при занятиях физической культурой. Особенности спортивного травматизма в отдельных видах спорта. Травмы при занятиях физической культурой и спортом  |   | Выполнение тестовых заданий Рубежное мероприятие Экзамен   |   |   |       |
| 8 | Исследование функционального состояния нервной системы: ЦНС, вегетативной и периферической систем, анализаторов  | 2 | 2 | Травмы нервной системы. Травмы внутренних органов. Травмы носа, уха, гортани, зубов и глаз. Распределение школьников на медицинские группы   | 3 | Конспект Обсуждение в ходе устного опроса на практическом занятии Выполнение тестовых заданий Рубежное мероприятие Экзамен | 0 | 5 | [1-4] |
| 9 | Функциональные пробы при врачебно-педагогических наблюдениях. Пробы с дополнительными нагрузками. Пробы со специфическими нагрузками Медицинский контроль за женщинами-спортсменками | 2 | 2 | Медицинское обеспечение массовой физической культуры. Врачебный контроль за физическим воспитанием детей и подростков. Специальные медицинские группы Врачебно-педагогический контроль за лицами дошкольного возраста. Врачебно-педагогический контроль за лицами младшего школьного возраста. Врачебно-педагогический | 6 | Конспект Обсуждение в ходе устного опроса на практическом занятии Выполнение тестовых заданий Рубежное мероприятие Экзамен | 0 | 5 | [1-4] |

|    |   |           |           |  |           |  |          |           |  |
|----|---|-----------|-----------|--|-----------|--|----------|-----------|--|
|    |   |           |           | контроль за лицами среднего школьного возраста.<br>Врачебно-педагогический контроль за лицами старшего школьного возраста.<br>Врачебно-педагогический контроль за лицами среднего и пожилого возрастов.<br>Врачебно-педагогический контроль за женщинами |           |  |          |           |  |
| 10 | Причины заболеваний у спортсменов, их характер. Травмы при занятиях спортом: травмы опорно-двигательного аппарата, хронические травмы. Микротравма и ее последствия | 2         | 2         | Общая характеристика спортивного травматизма. Внешние и внутренние факторы спортивного травматизма. Травмы опорно-двигательного аппарата. Повреждение кожных покровов.   | 4         | Конспект<br>Обсуждение в ходе устного опроса на практическом занятии<br>Выполнение тестовых заданий<br>Рубежное мероприятие<br>Экзамен | 0        | 5         |  |
|    | <b>Текущая работа студентов</b>   |           |           |  |           |  | <b>0</b> | <b>50</b> |  |
|    | <b>Рубежная аттестация</b>  |           |           |  |           |  | <b>0</b> | <b>50</b> |  |
|    | <b>Итого</b>  | <b>20</b> | <b>20</b> |  | <b>41</b> |  |          |           |  |

### Примечания

- Все виды учебной работы могут проводиться дистанционно на основании локальных нормативных актов.
- В целях реализации индивидуального подхода к обучению студентов, осуществляющих учебный процесс по индивидуальной траектории в рамках индивидуального рабочего плана, изучение данной дисциплины может осуществляться через индивидуальные консультации преподавателя очно, в часы консультаций, по электронной почте, а также с использованием Webex, платформы дистанционного обучения Moodle, личный кабинет студента на сайте СОГУ, других элементов ЭИОС СОГУ.

## **6. Образовательные технологии**

Для достижения планируемых результатов освоения дисциплины, используются различные образовательные технологии:

- методы обучения, направленные на первичное овладение знаниями;
- метод, направленный на совершенствование знаний и формирование умений и навыков.

Методы обучения, направленные на первичное овладение знаниями:

- информационно-развивающие, такие как - демонстрация (демонстрация наглядных пособий, муляжей органов, табличного материала, слепков костей, использование дисплейного отражения информации – видеометод);
- объяснение материала;
- лекция-визуализация с использованием мультимедийных средств обучения;
- традиционные лекции и практические (семинарские) занятия с использованием современных интерактивных технологий;
- лекция-диалог – содержание подается через серию вопросов, на которые студент должен отвечать непосредственно в ходе лекции.
- онлайн-семинар – разновидность веб-конференции, проведение онлайн-встреч или презентаций через Интернет в режиме реального времени. Каждый из участников находится у своего компьютера (средства связи), а связь между ними поддерживается через Интернет посредством загружаемого приложения, установленного на компьютере каждого участника (Zoom, Meet, Skype и др.);
- видеоконференция – сеанс видеоконференцсвязи (ВКС) – это технология интерактивного взаимодействия двух и более участников образовательного процесса для обмена информацией в реальном режиме времени.

Метод обучения, направленный на совершенствование знаний и формирование умений и навыков:

- репродуктивный метод обучения.

Технология проблемного обучения включает проблемно-поисковый метод (организация коллективной мыслительной деятельности в работе малыми группами:

- активная работа по измерению функций организма человека.

Технология активного обучения включает групповой метод активного обучения и индивидуальный метод активного обучения.

Групповой метод активного обучения, включающий анализ конкретных ситуаций, имитационные упражнения.

Индивидуальный метод активного обучения (работа с тетрадью, зарисовка детального строения органов, конспектирование материала).

Технология оценивания достижений обучающихся (тестирование, опрос).

Технологии электронного обучения реализуются при помощи электронной образовательной среды СОГУ (при использовании ресурсов ЭБС), в ходе проведения автоматизированного тестирования и т.д.

## **7. Методические указания по дисциплине «Спортивная медицина»**

### **7.1. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

Самостоятельная работа обучающихся является одним из видов учебных занятий. Самостоятельная работа студентов (СРС) является основой их профессионального становления, одной из ведущих форм организации учебного процесса.

Основными задачами СРС по курсу «Спортивная медицина» являются:

- глубокое самостоятельное овладение теоретическим материалом курса;
- развитие профессионально значимых мотивов, умений и навыков;
- применение усвоенных знаний в практической деятельности, тренировочном процессе, в работе с детьми.
- развитие творческого потенциала личности каждого студента и таких важных качеств личности педагога, как трудолюбие, настойчивость в постановке и решении педагогических задач.

СРС проводится как в аудиторных; так и во внеаудиторных формах.

Аудиторная СРС осуществляется во всех видах занятий особенно, в ходе практических занятий и семинаров.

Элементы СРС целесообразно вводить в лекции. Осуществление СРС в ходе учебных занятий наиболее эффективно при использовании активных методов обучения. За период обучения студент должен овладеть ведущими способами применения средств физической культуры в физическом воспитании детей. СРС должна быть тесно связана УИРС.

Аудиторная СРС. Основной формой обучения является лекция; организация СРС в ходе ее чтения может осуществляться фрагментарно (работа с раздаточным материалом, получение обратной связи через срезовые работы и т.д.), исходя из этого, методика построения и чтения лекции должна быть направлена на развитие познавательной самостоятельности студентов, их мыслительной активности. Для решения этих задач используется создание проблемных ситуаций, элементы дискуссий, использование средств наглядности в качестве источника знаний и т.д.

На практических занятиях организуется дискуссия по теоретическим вопросам, рассмотрение альтернативных путей и методов решения задач, применяемых решений. По итогам занятия составляются таблицы, графики обобщающего характера. На занятиях целесообразно использовать методику «мозговой атаки», коллективных творческих дел.

Практические занятия должны полностью строиться на педагогически организованной самостоятельной работе студентов, которая по содержанию и организации носит самый разнообразный характер: анализ конкретных ситуаций и выработка плана их разрешения и т.д.

Внеаудиторная СРС осуществляется преимущественно на основе серий заданий студентам по проработке содержания прослушанных лекций, подготовке к практическим занятиям, самостоятельному изучению отдельных тем и разделов, написанию докладов. Эти задания могут носить общий для всех студентов характер, а могут быть и индивидуальными. Целесообразно их давать в вариантах «минимум» и «максимум», дифференцируя, таким образом, СРС по уровню сложности. При планировании СРС необходим строгий учет реального времени студентов. Контроль за выполнением заданий должен носить систематический характер и осуществляется на практических занятиях.

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется на всем протяжении изучения дисциплины. В соответствии с утвержденной в учебном плане трудоемкостью она составляет 41 часа и состоит из:

- работы студентов с лекционными материалами, поиска и анализа литературы и электронных источников информации по заданной теме;
- выполнения заданий для самостоятельной работы в ЭИОС СОГУ;

- изучения теоретического материала для подготовки к практическим занятиям; подготовки к экзамену.

Темы и формы внеаудиторной самостоятельной работы, ее трудоёмкость содержатся в разделе 5, в таблице.

### **Примерные темы для самостоятельной работы (подготовка домашних заданий)**

1. Медицинское обследование, занимающихся физической культурой и спортом.
2. Кабинеты врачебного контроля.
3. Врачебно-физкультурный диспансер, задачи, структура, организация.
4. Диспансерный метод наблюдения за спортсменами. Организация медицинского обеспечения.
5. Понятие о генотипе, фенотипе. Телосложение. Конституция.
6. Морфофункциональные показатели физического развития.
7. Методы исследования физического развития.
8. Понятие об осанке.
9. Оценка осанки (правильная осанка, типы нарушений осанки).
10. Формы стопы.
11. Плоскостопие.
12. Форма грудной клетки.
13. Состав тела.
14. Определение веса жировой массы тела.
15. Определение абсолютного количества мышечной ткани.
16. Определение активной массы тела.
17. Особенности физического развития и телосложения представителей различных видов спорта.
18. Модельные характеристики спортсменов.
19. Понятие о срочном, отставленном, кумулятивном тренировочном эффектах.
20. Самоконтроль в процессе тренировок и соревнований.
21. Методы исследования, используемые при врачебно-педагогическом наблюдении.
22. Оценка и критерии степени утомления.
23. Понятие о тренированности, функциональной готовности.
24. Основные механизмы влияния физических упражнений на организм человека.
25. Задачи и содержание медико-педагогического наблюдения при занятиях физической культурой.
26. Абсолютные противопоказания к занятиям физической культурой.
27. Методы медицинского наблюдения при занятиях физической культурой (субъективные и объективные).
28. Организация и проведение медико-педагогического наблюдения за физическим воспитанием школьников и студентов.
29. Понятие о медицинских группах.
30. Критерии распределения школьников на группы занятий физической культурой (основную, подготовительную, специальную).
31. Допуск к занятиям физической культурой после перенесенных заболеваний и травм.
32. Врачебно-педагогический контроль за лицами дошкольного возраста.
33. Врачебно-педагогический контроль за лицами младшего школьного возраста.
34. Врачебно-педагогический контроль за лицами среднего школьного возраста.
35. Врачебно-педагогический контроль за лицами старшего школьного возраста.
36. Врачебно-педагогический контроль за лицами среднего и пожилого возрастов.
37. Врачебно-педагогический контроль за женщинами.
38. Организация врачебно-педагогических наблюдений.
39. Понятие о спортивном травматизме.

40. Причины спортивного травматизма.
41. Спортивный травматизм при занятиях физической культурой.
42. Особенности спортивного травматизма в отдельных видах спорта.
43. Травмы при занятиях физической культурой и спортом.
44. Общая характеристика спортивного травматизма.
45. Внешние и внутренние факторы спортивного травматизма.
46. Травмы опорно-двигательного аппарата.
47. Повреждение кожных покровов.
48. Травмы нервной системы.
49. Травмы внутренних органов.
50. Травмы носа, уха, гортани, зубов и глаз.
51. Профилактика спортивных травм.
52. Причины заболеваний у спортсменов.
53. Структура заболеваемости у спортсменов.
54. Причины, непосредственно связанные со спортом – нагрузка, нерациональный режим и условия тренировки, быта и питания.
55. Распределение школьников на медицинские группы.

## **7.2. Методические рекомендации по подготовке и проведению практических занятий**

Практическая работа - это такой метод обучения, при котором обучающиеся под руководством преподавателя и по заранее намеченному плану проделявают опыты или выполняют определенные практические задания и в процессе их воспринимают и осмысливают новый учебный материал.

Проведение практических работ с целью осмысления нового учебного материала включает в себя следующие методические приемы:

- постановку темы занятий и определение задач практической работы;
- определение порядка практической работы или отдельных ее этапов;
- непосредственное выполнение практической работы обучающимися и контроль учителя за ходом занятий и соблюдением техники безопасности;
- овладение основными методами, приемами, средствами и способами теоретического и экспериментального исследования в профессиональной деятельности;
- подведение итогов практической работы и формулирование основных выводов.

Устный опрос требует большой предварительной подготовки: тщательного отбора содержания, всестороннего продумывания вопросов, задач и примеров, которые будут предложены, путей активизации деятельности всех студентов группы в процессе проверки, создания на занятии деловой и доброжелательной обстановки.

Различают фронтальный, индивидуальный и комбинированный опрос.

*Фронтальный опрос* проводится в форме беседы преподавателя с группой. Он органически сочетается с повторением пройденного материала, являясь средством для закрепления знаний и умений. Его достоинство в том, что в активную умственную работу можно вовлечь всех студентов группы. Для этого вопросы должны допускать краткую форму ответа, быть лаконичными, логически взаимосвязанными друг с другом, даны в такой последовательности, чтобы ответы студентов в совокупности могли раскрыть содержание раздела, темы. С помощью фронтального опроса преподаватель имеет возможность проверить выполнение студентами домашнего задания, выяснить готовность группы к изучению нового материала, определить степень усвоения нового учебного материала, который был только что разобран на занятии.

*Индивидуальный опрос* предполагает обстоятельные, связные ответы студентов на вопрос, относящийся к изучаемому учебному материалу, поэтому он служит важным учебным средством развития речи, памяти, мышления обучающихся. Чтобы сделать такую

проверку более глубокой, необходимо ставить перед студентами вопросы, требующие развернутого ответа.

Вопросы для индивидуального опроса должны быть четкими, ясными, конкретными, емкими, иметь прикладной характер, охватывать основной, ранее пройденный материал программы. Их содержание должно стимулировать студентов логически мыслить, сравнивать, анализировать, доказывать, подбирать убедительные примеры, устанавливать причинно-следственные связи, делать обоснованные выводы и этим способствовать объективному выявлению знаний студентов.

Вопрос обычно задают всей группе и после небольшой паузы, необходимой для того, чтобы студенты поняли его и приготовились к ответу, вызывают для ответа конкретного студента.

*Письменная проверка* наряду с устной является важнейшим методом контроля знаний, умений и навыков студентов. Однородность работ, выполняемых студентами, позволяет предъявлять ко всем одинаковые требования и обеспечивает объективность оценки результатов обучения. Применение этого метода дает возможность в наиболее короткий срок одновременно проверить усвоение учебного материала всеми студентами группы, определить направления для индивидуальной работы с каждым.

Письменная проверка используется во всех видах контроля и осуществляется как в аудиторной, так и во внеаудиторной работе (выполнение домашних заданий).

### **7.3. Методические рекомендации по использованию информационно-коммуникационных технологий обучения**

Для изучения лекционного материала дисциплины могут применяться аудиовизуальные (мультимедийные) технологии, которые не отрицают традиционные, проверенные временем методы преподавания, но, при этом, они повышают наглядность, информативность, оперативность в подаче информации, позволяют экономить время занятий.

Каждое практическое занятие имеет свою особую форму проведения, свою методологическую специфику, что позволяет развивать у студентов общекультурные, общепрофессиональные и профессиональные компетенции. Постановка проблемы, разбор актуальных конкретных и гипотетических ситуаций, создание атмосферы диалога между преподавателем и группой позволяет работать индивидуально и в малых группах, коллективно обсуждать определенный тематический материал, а также инициировать самостоятельную работу студентов. При осмыслении содержания вопросов занятий преследуется цель соблюдать преемственность в профессиональном и в творческом развитии студентов.

Компьютерное тестирование позволяет осуществлять итоговый контроль знаний студентов. Тестовый материал включает в себя содержание вопросов по каждому из обозначенных программой разделов.

Каждый вопрос предполагает один или несколько вариантов ответов, среди которых имеются абсолютно неверный, правильный и/или в большей или меньшей степени раскрывающий сущность вопроса. В тестовых заданиях есть вопросы на соответствие. В процессе компьютерного тестирования, задача студента определяется как выбор правильного ответа из многообразия вариантов.

Критерии оценивания по каждому виду работы содержатся в разделе 8 РПД.

### **7.4. Рекомендации студентам по изучению и конспектированию литературы**

Работа с учебной и научной литературой является важным и сложным видом самостоятельной работы. Существует основная и рекомендуемая студентам литература, изучение и проработка которой позволяют (в совокупности с изучением лекционного

материала) освоить программу дисциплины «Спортивная медицина» в требуемом объеме и с необходимым качеством результатов.

Особое внимание следует уделить изучению базовых учебных пособий, либо непосредственно относящихся к дисциплине «Спортивная медицина», либо включающих разделы и темы, которые отвечают содержанию дидактических единиц и программе по данной дисциплине.

Большую пользу дает изучение статей, в которых, как правило, рассматриваются современные проблемы изучаемой дисциплины, интересные научные факты и открытия.

Для лучшего усвоения материала рекомендуется осуществлять конспектирование литературы, делать для себя краткие записи (заметки).

## **7.5. Методические рекомендации по подготовке доклада**

**Доклад** – публичное сообщение, представляющее собой развёрнутое изложение определённой темы.

**Этапы подготовки доклада:**

1. Определение цели доклада.
2. Подбор необходимого материала, определяющего содержание доклада.
3. Составление плана доклада, распределение собранного материала в необходимой логической последовательности.
4. Общее знакомство с литературой и выделение среди источников главного.
5. Уточнение плана, отбор материала к каждому пункту плана.
6. Композиционное оформление доклада.
7. Заучивание, запоминание текста доклада, подготовки тезисов выступления.
8. Выступление с докладом.
9. Обсуждение доклада.
10. Оценивание доклада

**Композиционное оформление доклада** – это его реальная речевая внешняя структура, в ней отражается соотношение частей выступления по их цели, стилистическим особенностям, по объёму, сочетанию рациональных и эмоциональных моментов, как правило, элементами композиции доклада являются: вступление, определение предмета выступления, изложение(опровержение), заключение.

**Вступление** помогает обеспечить успех выступления по любой тематике.

Вступление должно содержать:

- название доклада;
- сообщение основной идеи;
- современную оценку предмета изложения;
- краткое перечисление рассматриваемых вопросов;
- интересную для слушателей форму изложения;
- акцентирование оригинальности подхода.

Выступление состоит из следующих частей:

**Основная часть**, в которой выступающий должен раскрыть суть темы, обычно строится по принципу отчёта. Задача основной части: представить достаточно данных для того, чтобы слушатели заинтересовались темой и захотели ознакомиться с материалами.

**Заключение** – это чёткое обобщение и краткие выводы по излагаемой теме.

Регламент устного публичного выступления – не более 10 минут.

Искусство устного выступления состоит не только в отличном знании предмета речи, но и в умении преподнести свои мысли и убеждения правильно и упорядоченно, красноречиво и увлекательно.

Любое устное выступление должно удовлетворять *трем основным критериям*, которые в конечном итоге и приводят к успеху: это критерий правильности, т.е. соответствия языковым нормам, критерий смысловой адекватности, т.е. соответствия содержания

выступления реальности, и критерий эффективности, т.е. соответствия достигнутых результатов поставленной цели.

Работу по подготовке устного выступления можно разделить на два основных этапа: докоммуникативный этап (подготовка выступления) и коммуникативный этап (взаимодействие с аудиторией).

Работа по подготовке устного выступления начинается с формулировки темы. Лучше всего тему сформулировать таким образом, чтобы ее первое слово обозначало наименование полученного в ходе выполнения проекта научного результата (например, «Технология изготовления...», «Модель развития...», «Система управления...», «Методика выявления...» и пр.). Тема выступления не должна быть перегруженной, нельзя "объять необъятное", охват большого количества вопросов приведет к их беглому перечислению, к декларативности вместо глубокого анализа. Неудачные формулировки - слишком длинные или слишком краткие и общие, очень банальные и скучные, не содержащие проблемы, оторванные от дальнейшего текста и т.д.

Само выступление должно состоять из трех частей – вступления (10-15% общего времени), основной части (60-70%) и заключения (20-25%).

Вступление включает в себя представление авторов (фамилия, имя отчество, при необходимости место учебы/работы, статус), название доклада, расшифровку подзаголовка с целью точного определения содержания выступления, четкое определение стержневой идеи. Стержневая идея проекта понимается как основной тезис, ключевое положение. Стержневая идея дает возможность задать определенную тональность выступлению. Сформулировать основной тезис означает ответить на вопрос, зачем говорить (цель) и о чем говорить (средства достижения цели).

Требования к основному тезису выступления:

- фраза должна утверждать главную мысль и соответствовать цели выступления;
- суждение должно быть кратким, ясным, легко удерживаться в кратковременной памяти;
- мысль должна пониматься однозначно, не заключать в себе противоречия.

В речи может быть несколько стержневых идей, но не более трех.

Самая частая ошибка в начале речи – либо извиняться, либо заявлять о своей неопытности. Результатом вступления должны быть заинтересованность слушателей, внимание и расположенность к презентатору и будущей теме.

К аргументации в пользу стержневой идеи проекта можно привлекать фото-, видеофрагменты, аудиозаписи, фактологический материал. Цифровые данные для облегчения восприятия лучше демонстрировать посредством таблиц и графиков, а не злоупотреблять их зачитыванием. Лучше всего, когда в устном выступлении количество цифрового материала ограничено, на него лучше ссылаться, а не приводить полностью, так как обилие цифр скорее утомляет слушателей, нежели вызывает интерес.

План развития основной части должен быть ясным. Должно быть отобрано оптимальное количество фактов и необходимых примеров.

В научном выступлении принято такое употребление форм слов: чаще используются глаголы настоящего времени во «вневременном» значении, возвратные и безличные глаголы, преобладание форм 3-го лица глагола, форм несовершенного вида, используются неопределенно-личные предложения. Перед тем как использовать в своей презентации корпоративный и специализированный жаргон или термины, вы должны быть уверены, что аудитория поймет, о чем вы говорите.

Если использование специальных терминов и слов, которые часть аудитории может не понять, необходимо, то постарайтесь дать краткую характеристику каждому из них, когда употребляете их в процессе презентации впервые.

Самые частые ошибки в основной части доклада - выход за пределы рассматриваемых вопросов, перекрывание пунктов плана, усложнение отдельных положений речи, а также перегрузка текста теоретическими рассуждениями, обилие затронутых вопросов

(декларативность, бездоказательность), отсутствие связи между частями выступления, несоразмерность частей выступления (затянутое вступление, скомканность основных положений, заключения).

В заключении необходимо сформулировать выводы, которые следуют из основной идеи (идей) выступления. Правильно построенное заключение способствует хорошему впечатлению от выступления в целом. В заключении имеет смысл повторить стержневую идею и, кроме того, вновь (в кратком виде) вернуться к тем моментам основной части, которые вызвали интерес слушателей. Закончить выступление можно решительным заявлением. Вступление и заключение требуют обязательной подготовки, их труднее всего создавать на ходу. Психологи доказали, что лучше всего запоминается сказанное в начале и в конце сообщения ("закон края"), поэтому вступление должно привлечь внимание слушателей, заинтересовать их, подготовить к восприятию темы, ввести в нее (не вступление важно само по себе, а его соотнесение с остальными частями), а заключение должно обобщить в сжатом виде все сказанное, усилить и сгустить основную мысль, оно должно быть таким, "чтобы слушатели почувствовали, что дальше говорить нечего" (А.Ф. Кони).

В ключевых высказываниях следует использовать фразы, программирующие заинтересованность. Вот некоторые обороты, способствующие повышению интереса:

- «Это Вам позволит...»
- «Благодаря этому вы получите...»
- «Это позволит избежать...»
- «Это повышает Ваши...»
- «Это дает Вам дополнительно...»
- «Это делает вас...»
- «За счет этого вы можете...»

После подготовки текста / плана выступления полезно проконтролировать себя вопросами:

- Вызывает ли мое выступление интерес?
- Достаточно ли я знаю по данному вопросу, и имеется ли у меня достаточно данных?
- Смогу ли я закончить выступление в отведенное время?
- Соответствует ли мое выступление уровню моих знаний и опыту?

При подготовке к выступлению необходимо выбрать способ выступления: устное изложение с опорой на конспект (опорой могут также служить заранее подготовленные слайды) или чтение подготовленного текста. Отметим, однако, что чтение заранее написанного текста значительно уменьшает влияние выступления на аудиторию. Запоминание написанного текста заметно сковывает выступающего и привязывает к заранее составленному плану, не давая возможности откликаться на реакцию аудитории.

Общеизвестно, что бесстрастная и вялая речь не вызывает отклика у слушателей, какой бы интересной и важной темы она ни касалась. И наоборот, иной раз даже не совсем складное выступление может затронуть аудиторию, если оратор говорит об актуальной проблеме, если аудитория чувствует компетентность выступающего. Яркая, энергичная речь, отражающая увлеченность оратора, его уверенность, обладает значительной внушающей силой.

Кроме того, установлено, что *короткие фразы* легче воспринимаются на слух, чем длинные. Лишь половина взрослых людей в состоянии понять фразу, содержащую более тринадцати слов. А третья часть всех людей, слушая четырнадцатое и последующие слова одного предложения, вообще забывают его начало. Необходимо избегать сложных предложений, причастных и деепричастных оборотов. Излагая сложный вопрос, нужно постараться передать информацию по частям.

Пауза в устной речи выполняет ту же роль, что знаки препинания в письменной. После сложных выводов или длинных предложений необходимо сделать паузу, чтобы слушатели могли вдуматься в сказанное или правильно понять сделанные выводы. Если

выступающий хочет, чтобы его понимали, то не следует говорить без паузы дольше, чем пять с половиной секунд (!).

Особое место в презентации проекта занимает обращение к аудитории. Известно, что обращение к собеседнику по имени создает более доверительный контекст деловой беседы. При публичном выступлении также можно использовать подобные приемы. Так, косвенными обращениями могут служить такие выражения, как «Как Вам известно», «Уверен, что Вас это не оставит равнодушными». Подобные доводы к аудитории – это своеобразные высказывания, подсознательно воздействующие на волю и интересы слушателей. Выступающий показывает, что слушатели интересны ему, а это самый простой путь достижения взаимопонимания.

Во время выступления важно постоянно контролировать реакцию слушателей. Внимательность и наблюдательность в сочетании с опытом позволяют оратору уловить настроение публики. Возможно, рассмотрение некоторых вопросов придется сократить или вовсе отказаться от них. Часто удачная шутка может разрядить атмосферу.

После выступления нужно быть готовым к ответам на возникшие у аудитории вопросы.

### **Примерная тематика докладов, сообщений**

1. Развитие спортивной медицины в России.
2. Организация спортивной медицины в России.
3. Понятие патологии.
4. Понятие о здоровье и болезни.
5. Что такое клиника болезни.
6. Внешние причины болезни.
7. Внутренние причины болезни.
8. Внешние причины болезни.
9. Социальные причины болезни.
10. Характеристика иммунитета.
11. Понятие аллергии.
12. Расстройства кровообращения.
13. Изменение артериального давления.
14. Основные патологические процессы.
15. Организация медицинского обеспечения, занимающихся физической культурой и спортом.
16. Понятие «здоровье».
17. Значение здоровья для общества и каждого человека.
18. Физическая работоспособность и спорт.
19. Гипокинезия и спорт.
20. «Переходные» состояния.
21. Внешние причины болезни.
22. Внутренние причины болезни.
23. Особенности иммунитета у спортсменов.
24. Стресс. Связь стрессового синдрома с иммунитетом и состоянием здоровья.
25. Обратимость адаптации к физическим нагрузкам.
26. Нарушение тренированности.
27. Особенности тренировки и возрастные факторы риска.
28. Терминальные состояния, смерть.
29. Особенности телосложения и физического развития спортсменов избранной специализации.
30. Особенности функционального состояния нервной системы у спортсменов.
31. Функциональное состояние внешнего дыхания у спортсменов (показатели, методы их определения, динамика их в макроцикле).

32. Влияние физической нагрузки на функциональное состояние выделительной системы.
33. Медицинский контроль за женщинами - спортсменками.
34. Врачебный контроль за женщинами- спортсменками.
35. Самоконтроль в массовой физической культуре.
36. Повреждения и заболевания периферической нервной системы у спортсменов при нерациональных занятиях спортом.
37. Повреждения и заболевания позвоночника у спортсменов при нерациональных занятиях спортом.
38. Специфические травмы в избранной специализации.
39. Наиболее часто встречающиеся заболевания и патологические состояния у спортсменов избранной специализации.
40. острое и хроническое перенапряжение у спортсменов.
41. Современные методы медицинского контроля в практике спортивной медицины.
42. Физические средства восстановления и повышения работоспособности спортсмена.
43. Здоровье и физическое развитие спортсменов избранной специализации.
44. Координаторная функция нервной системы и особенности ее функционирования у спортсменов.

#### **8. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, рубежной аттестации и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

Рабочая программа предусматривает проведение практическим занятий, а также следующие виды работ: самостоятельную работу студентов по подготовке устных ответов, написанию письменных домашних заданий, подготовку докладов и обсуждение вопросов по темам дисциплины.

Рабочая программа предполагает текущий, рубежный и промежуточный контроль знаний обучающихся.

Способ накопления баллов описан в Положении о балльно-рейтинговой системе успеваемости студентов (принято на заседании Ученого Совета СОГУ от 22.02.2017 протокол № 8 «О внесении изменений в Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов Ф ГБОУ ВО «СОГУ»).

Текущий контроль – это непрерывно осуществляемый мониторинг уровня усвоения знаний и формирования умений и навыков в течение семестра или учебного года. Текущий контроль знаний, умений и навыков студентов осуществляется в ходе учебных (аудиторных) занятий, проводимых по расписанию. Формами текущего контроля являются устный опрос на практических занятиях, а также короткие (например, до 15 мин.) тестовые задания, письменные контрольные работы, самостоятельное выполнение студентами определенного числа конспектов по заданной тематике, доклады.

Текущий контроль осуществляется в течение семестра на каждом занятии, или через занятие в соответствии с учебной программой. Текущему контролю подлежит проверка исходного уровня знаний студента по теме занятия или/и степень усвоения знаний и навыков, полученных в ходе занятия.

На рубежные контрольные мероприятия рекомендуется выносить весь программный материал (все разделы) по дисциплине.

Итоговая оценка знаний студента, осуществляется по накопительной системе суммированием баллов, полученных в процессе текущего и рубежного контроля

Рубежный контроль осуществляется по более или менее самостоятельным разделам – учебным модулям курса и проводится по окончании изучения материала модуля в заранее установленное время. Рубежный контроль проводится с целью определения качества усвоения материала учебного модуля, в целом. В течение семестра проводится два таких контрольных мероприятия по графику.

## БАЛЛЬНАЯ СТРУКТУРА ОЦЕНКИ

| Форма контроля  | Минимальное количество баллов | Максимальное количество баллов |
|---|-------------------------------|--------------------------------|
| Текущая работа студентов в течение 1-19 недель в том числе: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Работа на практических занятиях;</li> <li>• Посещение занятий;</li> <li>• Написание докладов и конспектов</li> </ul> | 0                             | 50                             |
|   | 0                             | 30                             |
|   | 0                             | 5                              |
|   | 0                             | 15                             |
| <b>Рубежная аттестация</b>  | <b>0</b>                      | <b>50</b>                      |
| <b>Итого</b>  | <b>0</b>                      | <b>100</b>                     |

### Порядок осуществления рубежного контроля и подсчёта итоговой оценки

1 рубежная аттестации максимально 50 баллов;  
 Текущая работа студента в течение рубежа 50 баллов.  
 Экзамен — максимально 50 баллов.  
 Зачет — максимально 50 баллов».

Минимальное количество баллов, которое студент может набрать в ходе изучения курса для получения зачета, – 56; максимальное – 100. Баллы складываются из следующих показателей: за регулярные выступления на семинарских занятиях – до 50 баллов за каждый рубеж; за рубежную аттестацию – до 50 баллов, до 50 баллов на устном ответе.

Минимальное количество баллов, которое студент может набрать в ходе изучения курса для получения экзамена – 56; максимальное – 100. Баллы складываются из следующих показателей: за регулярные выступления на семинарских занятиях – до 50 баллов за каждый рубеж; за рубежную аттестацию – до 50 баллов, до 50 баллов на устном ответе.

По предметам, имеющим форму контроля зачет, возможно проставление оценки «зачтено», если количество набранных баллов составляет 56 и более. Если же студент набрал менее 56 баллов, то он обязан сдавать зачет в сессию в таком же порядке, как и экзамен.

Итоговая оценка на экзамене и зачете выводится следующим образом:

$$O = T + \frac{P+Э}{2}$$

Если итоговая оценка выводится по материалам двух и более семестров, то итоговая оценка выставляется с учетом коэффициентов ( $0 < K_1, K_2 < 1$ ) за каждый семестр, определяемых преподавателем (лектором) по значимости или времени изучения учебного материала по семестрам (например, если 40 % программного материала по курсу приходится на 1 семестр ( $K_1 = 0,4$ ) и 60 % на второй семестр ( $K_2 = 0,6$ )).

### Шкала итоговой академической успеваемости студентов

| Система оценок СОГУ |          |                     |
|---------------------|----------|---------------------|
| Сумма баллов        | Название | Числовой эквивалент |
| 86 - 100            | Отлично  | 5                   |
| 71-85               | Хорошо   | 4                   |

|       |                     |   |
|-------|---------------------|---|
| 56-70 | Удовлетворительно   | 3 |
| 36-55 | Неудовлетворительно | 2 |
| 0-35  |                     | 2 |

Пересчет полученной итоговой (О) суммы баллов по предмету в оценку производится по шкале:

- «отлично» - 86-100 баллов;
- «хорошо» - 71-85 баллов;
- «удовлетворительно» - 56-70 баллов;
- «зачет» - 56-100 баллов;

Студенты, набравшие 55 баллов и менее по дисциплинам, предусматривающим экзамен; по дисциплинам, предусматривающим зачёт – 55 балла и менее – получают оценку «неудовлетворительно» или «не зачтено» соответственно.

### 8.1. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости

#### *Критерии оценивания самостоятельной работы обучающихся по дисциплине*

##### *Критерии оценки устного и/или письменного ответа на практическом занятии*

| Оценка | Критерий   |
|--------|--|
| 5      | Содержание ответа соответствует освещаемому вопросу, полностью раскрыта в ответе тема, ответ структурирован, даны правильные аргументированные ответы на уточняющие вопросы, демонстрируется высокий уровень участия в дискуссии.  |
| 4      | Содержание ответа соответствует освещаемому вопросу, полностью раскрыта в ответе тема, даны правильные, аргументированные ответы на уточняющие вопросы, но имеются неточности, при этом ответ не структурирован и демонстрируется средний уровень участия в дискуссии.   |
| 3      | Содержание ответа соответствует освещаемому вопросу, но при полном раскрытии темы имеются неточности, даны правильные, но не аргументированные ответы на уточняющие вопросы, демонстрируется низкий уровень участия в дискуссии, ответ не структурирован, информация трудна для восприятия.  |
| 2      | Содержание ответа соответствует освещаемому вопросу, но при полном раскрытии темы имеются неточности, демонстрируется слабое владение категориальным аппаратом, даны правильные, но не аргументированные ответы на уточняющие вопросы, участие в дискуссии отсутствует, ответ не структурирован, информация трудна для восприятия. |

#### **Критерии формирования оценок по подготовке сообщений, докладов**

1. Сообщение соответствует предложенной теме, имеет вступление, основную часть и заключение – 1 б.
2. Тема раскрыта полностью, студент продемонстрировал способность анализировать разные точки зрения – 2 б.
3. Сообщение сделано по 3-м источникам, исключая интернет-ресурсы – 1 б.
4. Сообщение сделано с соблюдением норм современного русского литературного языка – 1 б.

Максимальное количество баллов – 5.

## **8.2. Оценочные средства для проведения рубежной аттестации**

### ***Критерии оценивания результатов рубежного тестирования***

**Рубежная аттестация** проводится в форме устного опроса. 50 баллов складываются из ответов на 2 вопроса.

**Количество вопросов в одном задании – 2**

**Баллы** – ответ на 1 вопрос оценивается в 25 баллов

**При аттестации вопросы из разных блоков могут использоваться на усмотрение преподавателя.**

### **Примерные задания для рубежной аттестации студентов по дисциплине «Физиология человека»**

#### **Задание 1**

1. Методы исследования и оценка физического развития спортсменов.
2. Понятие об иммунитете.

#### **Задание 2**

1. Характеристика заболеваний костей и суставов, повреждения менисков у спортсменов.
2. Общая характеристика заболеваний мышц у спортсменов, лечение и профилактика.

## **8.3. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации**

### **Перечень вопросов для подготовки к экзамену по дисциплине «Спортивная медицина»**

#### **Форма проведения экзамена - устная**

1. Задачи спортивной медицины и основные этапы ее развития.
2. Понятие об этиологии. Причины и условия развития заболеваний. Внешние и внутренние факторы.
3. Особенности подготовки спортсменов к соревнованиям в различных географических условиях.
4. Систолическое, диастолическое и пульсовое давление в покое и изменения этих показателей при физической нагрузке.
5. Понятие «здоровье» и болезнь, причины, стадии и исходы болезней.
6. Врачебно-педагогические наблюдения за спортсменами, цели и задачи.
7. Тестирование в спортивной медицине, значение, виды. Требования к современному тестированию.
8. Перенапряжение сердечно-сосудистой системы, причины и профилактика.
9. ЖЕЛ – методы исследования и компоненты и их физиологическое значение.
10. Самоконтроль спортсмена: задачи, методика, оценка изменений показателей самоконтроля.
11. Основные структурно-функциональные особенности спортивного сердца.
12. Понятие о допингах, их классификация. Порядок проведения антидопингового контроля.
13. Причины заболеваний спортсменов.
14. Медико-биологические средства восстановления работоспособности спортсмена.
15. Общая емкость легких и ее составляющие. Основная функция внешнего дыхания.
16. Гипогликемическое состояние, меры первой помощи и профилактика.
17. Причины заболеваний сердца у спортсменов.
18. Метод повторных нагрузок и его значение при врачебно-педагогических наблюдениях.
19. Типы реакций на нагрузку сердечно-сосудистой системы
20. Характеристика спортивного травматизма, причины его и профилактика.
21. Заболевания и травмы сухожилий у спортсменов.

22. Перетренированность – причины, стадии развития, меры помощи и профилактика.
23. Понятие об иммунитете. Его виды. Механизм иммунитета.
24. Травматический шок, признаки, меры неотложной помощи.
25. Методы исследования статической и динамической координации.
26. Травмы головного мозга у спортсменов: виды, признаки, меры помощи, правила транспортировки.
27. Исследования состояния эндокринной системы спортсменов.
28. Понятие о секс – контроле, методика проведения тестов.
29. Понятие об аллергии, виды аллергенов.
30. Медицинский контроль за детьми, подростками и юношами.
31. Методы исследования и оценка физического развития спортсменов.
32. Характеристика заболеваний костей и суставов, повреждения менисков у спортсменов.
33. Гипертрофия в норме и патологии.
34. Общая характеристика заболеваний мышц у спортсменов, лечение и профилактика.
35. Понятие об иммунитете.
36. Анаболические стероиды их влияние на организм спортсмена. Допинговый контроль.
37. Роль наследственности в патологии.
38. Острые патологические состояния. Характеристика обморочных состояний.
39. Печеночный болевой синдром.
40. Нарушение деятельности сердечно-сосудистой системы при нерациональных занятиях спортом.

**Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания**

| <i>Уровень сформированности компетенций</i>                                      |   |   |   |
|--|---|---|---|
| «Минимальный уровень не достигнут» (менее 55 баллов)                             | «Минимальный уровень» (56-70 баллов)  | «Средний уровень» (71-85 баллов)  | «Высокий уровень» (86-100 баллов)   |
| Компетенции не сформированы. Знания отсутствуют, умения и навыки не сформированы | Компетенции сформированы. Сформированы базовые структуры знаний. Умения фрагментарны и носят репродуктивный характер. Демонстрируется низкий уровень самостоятельности практического навыка | Компетенции сформированы. Знания обширные, системные. Умения носят репродуктивный характер, применяются к решению типовых заданий. Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности устойчивого практического навыка | Компетенции сформированы. Знания твердые, аргументированные, всесторонние. Умения успешно применяются к решению как типовых, так и нестандартных творческих заданий. Демонстрируется высокий уровень самостоятельности, высокая адаптивность практического навыка |
| <i>Описание критериев оценивания</i>   |   |   |   |
| Обучающийся  | Обучающийся де-   | Обучающийся   | Обучающийся   |

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| <p>демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- существенные пробелы в знаниях учебного материала;</li> <li>- допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий;</li> <li>- непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета;</li> <li>- отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины;</li> <li>- отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкую степень контактности.</li> </ul> | <p>монстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знания теоретического материала;</li> <li>- неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов;</li> <li>- неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы;</li> <li>- недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины;</li> <li>- умение без грубых ошибок решать практические задания, которые следует выполнить.</li> </ul> | <p>демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала;</li> <li>- твердые знания теоретического материала.</li> <li>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития;</li> <li>- правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы;</li> <li>- умение решать практические задания, которые следует выполнить;</li> <li>- владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины;</li> <li>- наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам.</li> </ul> <p>Возможны незначительные оговорки и неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета,</p> | <p>демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала;</li> <li>- полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий;</li> <li>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории;</li> <li>- логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы преподавателя;</li> <li>- умение решать практические задания;</li> <li>- свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.</li> </ul> |
|--|---|--|--|

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|   |   | присутствует<br>неуверенность в<br>ответах на<br>вопросы. |  |
| <b>Оценка</b><br>«неудовлетворительно»<br>/ «незачтено» | <b>Оценка</b><br>«удовлетворительно»<br>/ «зачтено» | <b>Оценка</b><br>«хорошо» /<br>«зачтено»                  | <b>Оценка «отлично»</b><br>/ «зачтено» |

## 9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 9.1. Литература

1. Белова, Л.В. Спортивная медицина: учебное пособие / Л.В. Белова; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016. – 149 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915>. – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
2. Миллер, Л.Л. Спортивная медицина: учебное пособие: [12+] / Л.Л. Миллер; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Москва: Человек, 2015. – 185 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461419>. – Библиогр.: с. 172-175. – ISBN 978-5-906131-47-8. – Текст: электронный.
3. Руководство к практическим занятиям по курсу спортивной медицины: учебное пособие / С.Г. Куртев, И.А. Кузнецова, С.И. Еремеев, Л.А. Лазарева; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии, спортивной медицины и гигиены. – 4-е изд., стер. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 152 с.: таб. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483298>. – Текст: электронный.
4. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина: учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449010>.

#### б) дополнительная литература

5. Практические аспекты спортивной медицины: учебно-методическое пособие: [16+] / сост. И.А. Мищенко; Липецкий государственный педагогический университет имени П. П. Семенова-Тян-Шанского. – Липецк: Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2017. – 93 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577142>. – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
6. Кулиненков, О.С. Медицина спорта высших достижений / О.С. Кулиненков. – Москва: Спорт, 2016. – 321 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460860>. – Библиогр.: с. 307-314. – ISBN 978-5-9907239-6-2. – Текст: электронный.
7. Макарова, Г.А. Инфекционные болезни в практике спортивного врача: практическое пособие / Г.А. Макарова, М.Г. Авдеева, Е.Е. Ачкасов. – Москва: Спорт, 2017. – 211 с.: табл. – (Библиотечка спортивного врача и психолога). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471224>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-93-0. – Текст: электронный.

8. Дешин, Р.Г. Диагностика в клинической и спортивной медицине: справочник: [12+] / Р.Г. Дешин. – Москва: Спорт, 2016. – 141 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459850>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-22-0. – Текст: электронный.

в) электронные библиотечные системы, с которыми у СОГУ имеется действующий договор, современные профессиональные базы, информационные справочные системы:

1. [Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ \(ЭБД РГБ\)](#)
2. [ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»](#)
3. [ЭБС «Научная электронная библиотека eLibrary.ru»](#)
4. [Универсальная база данных East View](#)
5. [Библиотека СОГУ им .К.Л. Хетагурова](#)
6. [ЭБС «Консультант студента» Студенческая электронная библиотека по медицинскому и фармацевтическому образованию, а также по естественным и точным наукам в целом](#)
7. [ЭБС «Юрайт» — образовательная среда, включающая виртуальный читальный зал учебников и учебных пособий от авторов из ведущих вузов России по всем направлениям и специальностям](#)
8. [Scopus](#) - крупнейшая база данных, содержащая краткое описание и сведения о цитировании рецензируемой литературы: научных журналов, книг и материалов конференций (<https://ru.service.elsevier.com/app/home/supporthub/scopus/>)

#### 10. Материально-техническое оснащение дисциплины

| Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения   | Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор) |
|--|--|
| <b>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа №15:</b><br>преподавательский стол, стул; столы и стулья для обучающихся – 18 посадочных места;<br>интерактивная доска; мультимедийный комплекс (проектор, экран); ПК преподавателя; колонки;<br>анализатор электроэнцефалографический «Синапсис» (стандартная конфигурация);<br>ростомер с весами; спирометр; спирометр MicroLoop, в комплекте с принадлежностями;<br>беговая дорожка Smooth Fitness;<br>велозрпометр 7682-860 E7 «Kettler»; велотренажер Kettler; тонометр электронный «Микролайф»;<br>микроскоп «Люам-111»; медицинская кушетка;<br>кафедра; программное обеспечение: Windows 7 Professional; Office Standard 2010; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Total Security; Консультант плюс; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.ВУЗ»; Cisco Webex - Система проведения вебинаров.. | 362025, Республика Северная Осетия-Алания, город Владикавказ, улица Ватутина, дом 44-46, учебный корпус №8   |



## 11. Лист обновления/актуализации

Дополнения и изменения в учебной программе на 2018/2019 учебный год

В учебную программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования».

2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

3. Внесены изменения в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания обучающихся очной формы по образовательным программам - программам бакалаврита и программам специалитета в Университете от 22.02.2017, протокол № 8 «О внесении изменений в Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов Ф ГБОУ ВО «СОГУ».

1-я рубежная аттестации максимально 50 баллов; из них:

от 0 до 25 баллов - аттестационная (рубежная) контрольная работа;

от 0 до 25 баллов - текущая работа студента в течение рубежа.

2-я рубежная аттестация — максимально 50 баллов; из них:

от 0 до 25 баллов — аттестационная (рубежная) контрольная работа,

от 0 до 25 баллов — текущая работа студента в течение рубежа.

Экзамен — максимально 50 баллов.

Зачет — максимально 50 баллов».

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2018-2019 учебном году на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин от 21 июня 2018 г, протокол № 12.

Зав. кафедрой



Ф.Г. Хамикоев

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от 25 июня 2018 г, протокол № 5.

Председатель Совета факультета



Ф.Г. Хамикоев

Дополнения и изменения в учебной программе на 2019/2020 учебный год

1. Внесены изменения в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания обучающихся очной формы по образовательным программам - программам бакалаврита и программам специалитета в Университете от 22.02.2017 протокол № 8 «О внесении изменений в Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов Ф ГБОУ ВО «СО ГУ».

1 рубежная аттестации максимально 50 баллов;

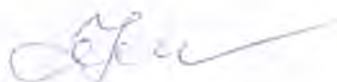
Текущая работа студента в течение рубежа 50 баллов.

Экзамен — максимально 50 баллов.

Зачет — максимально 50 баллов».

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2019-2020 учебном году на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин от 3 июля 2019 г., протокол № 12.

Зав. кафедрой



Ф.Г. Хамикоев

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от 5 июля 2019 г., протокол № 6.

Председатель Совета факультета



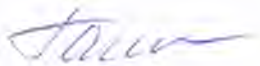
Ф.Г. Хамикоев

Дополнения и изменения в учебной программе на 2020/2021 учебный год

Изменения не вносились

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2020-2021 учебном году на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин от 3 июля 2020 г., протокол № 11.

Зав. кафедрой



З.А. Гагиева

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от 6 июля 2020 г., протокол № 6.

Председатель Совета факультета



Ф.Г. Хамикоев