

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



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Методы тестирования в спортивной медицине»**

Направление подготовки (специальность)

49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки «**Спортивная тренировка**»

Квалификация (степень) выпускника – бакалавр

Форма обучения

Очная, заочная

Владикавказ 2017

1. Структура и общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет: дневное отделение - 2 зачетных единиц (72 часа), заочное отделение – 2 зачетных единиц (72 часа).

	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Курс	3	5
Семестр	5	7
Лекции	18	4
Практические занятия	18	4
Лабораторные занятия		
Консультации		
Итого аудиторных занятий	36	8
Самостоятельная работа	36	64
Курсовая работа		
Форма контроля		
Экзамен		
Зачет		0
Общее количество часов	72	72

2. Цели освоения дисциплины

- формирование общепрофессиональных и профессиональных компетенций у обучающихся и приобретение ими способностей применять полученные знания, умения и навыки в будущей педагогической и тренерской деятельности.
- изучить вопросы, касающиеся функциональной диагностики организма тренированного и нетренированного человека;
- изучить терминологию дисциплины «Методы тестирования в спортивной медицине»;
- изучить методы тестирования организма спортсмена с целью установления уровня его тренированности;
- установления состояния здоровья, а именно абсолютного здоровья как обязательного для допуска к занятиям спортом;
- оценка уровня функционального состояния.

3. Место дисциплины в структуре ОПОП, бакалавриата

Дисциплина включена в блок Б1.В.ДВ.03.01ОПОП.

Данная дисциплина опирается на темы ранее освоенных дисциплин: анатомия человека, физиология человека, биохимия человека; гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности.

4. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (ОПК-5; ПК-5; ПК-30):

общепрофессиональные компетенции ОПК:

- способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

профессиональные компетенции ПК:

педагогическая деятельность:

- способностью применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей (ПК-5);

научно-исследовательская деятельность:

- способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

В результате освоения дисциплины студент должен:

знать:

- теоретические основы спортивно-медицинского тестирования;
- основные физиологические и медицинские термины;
- основные факторы, воздействующие на состояние здоровья спортсмена и способы их коррекции с оздоровительной целью.

уметь:

- выполнять доступные функциональные пробы, используемые для оценки физической работоспособности;
- анализировать результаты различных методов обследования, применяемых во врачебно-педагогических исследованиях в годичном цикле тренировочного процесса, внося, при необходимости коррективы в тренировочный процесс;
- проводить физиологические медицинские исследования и использовать их в практике работы тренера и преподавателя физической культуры;
- творчески использовать знания спортивной медицины на тренировочных занятиях в дальнейшей педагогической деятельности.

владеть:

- методикой функциональной диагностики органов и систем спортсмена используемой в спортивной медицине;
- методами статистической обработки полученной информации;
- навыками самостоятельной работы с учебной, методической и научной литературой.

5. Содержание и учебно-методическая карта дисциплины

Таблица 5.1

№ не де- ли	Наименование тем (вопросов) изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельна я работа		Форма контроля	Ми н. кол · бал	Мак кол · бал лов	Литерату ра
		лек	пр	Содержание	час ы				
1	Введение в спортивно-медицинское тестирование. История создания функциональных проб и первые авторы функциональных проб. Введение в спортивно-медицинское тестирование. Роль тестирования в диагностике функционального состояния организма спортсменов и физкультурников. «Концепция «черного ящика». Требования к спортивно-медицинским	2	2	История применения функциональных проб в нашей стране	4	Конспект, Рубежное тестирование Зачет			[1-6]
3	Классификация функциональных проб. Виды нагрузок. Двигательные тесты. Пробы с уменьшением венозного	2	2	Вегетативны е и метаболичес кие показатели в спортивно- медицинско м	4	Конспект, Рубежное тестирование Зачет			[1-6]

5-7	Методики определения МПК. Понятие общей и специальной физической работоспособности. Энергетика мышечной деятельности. Метод прямого и непрямого определения МПК. «Определение МПК методом номограммы Астранда».	4	4	Физиологическое обоснование МПК и пробы с максимальным потреблением кислорода	6	Конспект, Рубежное тестирование Зачет			[1-6]
9	Методика проведения Гарвардского степ-теста. Определение физической производительности и организма человека: сила и выносливость мышц, общая выносливость и скорость, способность к	2	2	Определение телосложения и состава тела в связи с физической работоспособностью	6	Конспект, Рубежное тестирование Зачет			[1-6]
	Текущая работа Студентов						0	20	
	1-ая рубежная контрольная						0	30	
11	Методика проведения теста PWC_{170} . Понятие о PWC_{170} . Способы определения. Методика проведения теста PWC_{170} . Оценка результатов пробы. Метод велоэргометрии. ОПК-1;ПК-10;ПК-18;ПК-29	2	2	Определение физической производительности организма человека: сила и выносливость мышц, общая выносливость и скорость, способность к	4	Конспект, Рубежное тестирование Зачет			[1-6]

13	Проба Летунова. Одномоментные функциональные пробы. Двухмоментные функциональные пробы. Трехмоментные функциональные пробы. Методика проведения одномоментных, двух и трех	2	2	Энергетика мышечной деятельности и	4	Конспект, Рубежное тестирование Зачет			[1-6]
15	Проба с натуживанием. Понятие натуживания. Теоретическое обоснование пробы. Изменения в организме при натуживании. Значение пробы с натуживанием в спортивной	2	2	Характеристика пробы с изменением газового состава воздуха, пробы с введением лекарственных средств.	4	Конспект, Рубежное тестирование Зачет			[1-6]
17	Ортостатическая проба. Теоретическое обоснование. Ход работы и оценка состояния ортостатической устойчивости	2	2	Влияние физической работы на систему транспорта крови	4	Конспект, Рубежное тестирование Зачет			[1-6]
	Текущая работа						0	20	
	2-ая рубежная контрольная						0	30	
	ИТОГО:	18	18		36		0	100	

Таблица 5.2

Содержание и учебно-методическая карта дисциплины заочной формы обучения

№ не де- ли	Наименование тем (вопросов) изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа		Форма контроля
		лек	пр	Содержание	Ча сы	
1	Введение в спортивно-медицинское тестирование. История создания функциональных проб и первые авторы функциональных проб. Введение в спортивно-медицинское тестирование. Роль тестирования в диагностике функционального состояния организма спортсменов и физкультурников. «Концепция «черного ящика». Требования к спортивно-медицинским тестам»: Понятие о «черном ящике». Оценка входной и выходной информации. Теория тестов. Надежность и валидность тестов.	2	2	Вопросы 1-15	30	Конспект, зачет
2	Классификация функциональных проб. Виды нагрузок. Двигательные тесты. Пробы с уменьшением венозного кровотока. Методики определения МПК. Понятие общей и специальной физической работоспособности.	2	2	Вопросы 16-34	30	Конспект, зачет
	Итого:	4	4		64	

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, 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 «Методы тестирования в спортивной медицине»

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 «Методы тестирования в спортивной медицине» 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 64 часов 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.

Примерные вопросы для самостоятельной работы (подготовка домашних заданий)

1. Понятие о физическом развитии, телосложении и конституции человека.
2. Методы исследования физического развития (соматоскопия, антропометрия, фотометрия).
3. Визуальные и инструментальные методы определения признаков телосложения.
4. Понятие об осанке, признаки правильной осанки. Виды нарушенной осанки, их краткая характеристика.
5. Методы оценки плоскостопия.
6. Уплотненная и плоская стопа - противопоказания к занятиям некоторыми видами спорта.
7. Методы оценки физического развития: антропометрических стандартов, индексов.
8. Особенности физического развития и телосложения спортсменов (на примере избранной специализации).
9. Неврологический анамнез - простейший и важный метод получения данных о функциональном состоянии центральной нервной системы (ЦНС).
10. Показатели (полученные при опросе), характеризующие функциональные состояния ЦНС (силу, равновесие, подвижность нервных процессов).
11. Понятие об инструментальных методах исследования нервной системы (энцефалографии, сухожильных рефlekсах, стабилографии).
12. Наиболее частые причины нарушений функционального состояния ЦНС.
13. Методы исследования остроты зрения, цветного зрения и поля зрения.
14. Противопоказания к занятиям спортом со стороны органов зрения.
15. Методы исследования слуха у спортсменов.
16. Влияние ряда видов спорта на состояние слухового анализатора.
17. Меры профилактики нарушения остроты слуха у спортсменов.
18. Простейшие методы исследования вестибулярного аппарата.
19. Влияние видов спорта на функциональное состояние вестибулярного аппарата.
20. Простейшие пробы для определения функционального состояния вегетативной нервной системы у человека.
21. Показатели функционального состояния органов внешнего дыхания.
22. Методы определения показателей внешнего дыхания у человека.
23. Динамика показателей внешнего дыхания у спортсменов в тренировочном макроцикле.
24. Задачи тестирования в спортивной медицине.
25. Современные требования к функциональным тестам и условия тестирования.

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 проделывают 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 «Методы тестирования в спортивной медицине» в требуемом объеме и с необходимым качеством результатов.

Особое внимание следует уделить изучению базовых учебных пособий, либо непосредственно относящихся к дисциплине «Методы тестирования в спортивной медицине», 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 развернутое изложение определенной 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. Классификация функциональных тестов, используемых в спортивной медицине.
2. Методика и способы оценки результатов простейших функциональных проб с физической нагрузкой.
3. Изменение гемодинамики при натуживании.
4. Проба с натуживанием. Методика проведения пробы, оценка результатов.
5. Показания к применению фармакологических тестов, условия их проведения.
6. Возрастные группы и их морфофункциональные особенности. Понятие о биологическом возрасте.
7. Функциональные пробы для лиц среднего и пожилого возраста, занимающихся физической культурой.
8. Методы исследования при проведении ВПН, принципы формирования методики ВПН.
9. Самоконтроль спортсмена.

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.

Форма промежуточного контроля – зачет.

Способ накопления баллов описан в Положении о балльно-рейтинговой системе успеваемости студентов (принято на заседании Ученого Совета СОГУ 28.10.2011 г.).

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 практическом 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 1-8 недель в том числе: <ul style="list-style-type: none">• Работа на семинарских занятиях;• Посещение занятий;• Минитестирование;• Написание докладов и конспектов	0 0 0 0 0	20 10 3 2 5
1-ая рубежная контрольная работа-тест	0	30
Текущая работа студентов в течение 10-18 недель в том числе:	0	20

<ul style="list-style-type: none"> • Работа на семинарских занятиях; • Посещение занятий; • Минитестирование; • Написание докладов и конспектов 	0 0 0 0	10 2 5
2-ая рубежная контрольная работа-тест	0	30
Итого	0	100

Порядок осуществления рубежного контроля и подсчёта итоговой оценки

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

От 0 до 30 баллов (P_1) – аттестационная (рубежная) контрольная работа;

От 0 до 20 баллов (T_1)– текущая работа студента в течение рубежа.

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

От 0 до 30 баллов (P_2) – аттестационная (рубежная) контрольная работа.

От 0 до 20 баллов (T_2) – текущая работа студента в течение рубежа.

Экзамен (Э) – максимально 60 баллов.

Зачет (З) – максимально 60 баллов

Примерные критерии выставление оценок по пятибалльной школе в рамках балльно-рейтинговой системы

Оценки		Характеристики оценок
по пятибалльной школе	количество баллов	
Отлично (5)	отлично 86-100	теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному
Хорошо (4)	Хорошо 71-85	теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов. Некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками
Удовлетворительно (3)	Удовлетворительно 56-70	теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки заботы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному

Неудовлетворительно (2)	неудовлетворительно 36-55	теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному. Студент допускается к сдаче экзамена в период экзаменационной сессии.
	безусловно неудовлетворительно 0-35	теоретическое содержание курса не освоено, необходимые практические навыки работы не сформированы, все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки. Студент не допускается к сдаче экзамена в период экзаменационной сессии.

Студент, набравший на рубежных аттестациях 36 и более баллов, **обязан сдавать экзамен (в устной форме) комиссионно** во время сессии. Итоговая оценка выводится следующим образом:

$$O = T_1 + T_2 + \frac{P_1 + P_2 + \Theta}{2}$$

Студент, набравший на рубежных аттестациях менее 36 баллов, к сдаче экзамена в сессию не допускается.

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.

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

$$O = K_1(T_1 + T_2) + K_2(T'_1 + T'_2) + \frac{K_1(P_1 + P_2) + K_2(P'_1 + P'_2) + \Theta}{2}$$

(например, если 40 % программного материала по курсу приходится на 1 семестр ($K_1 = 0,4$) и 60 % на второй семестр ($K_2 = 0,6$) Решение о порядке расчета годового рейтинга принимается на заседании кафедры и утверждается заведующим кафедрой).

Шкала итоговой академической успеваемости студентов

Система оценок СОГУ			Оценка ECTS			
Сумма баллов	Название	Числовой эквивалент	Сумма баллов	Название	Буквенное обозначение	Числовой эквивалент
86 - 100	Отлично	5	91-100	отлично	A	5
71-85	Хорошо	4	84-90	очень хорошо	B	4
			74-83	хорошо	C	4
56-70	Удовлетворительно	3	68-73	удовлетворительно	D	3
			61-67	посредственно	E	3
36-55	Неудовлетворительно	2 (Fx)	0-60	неудовлетворительно	Fx	2
0-35		2 (F)			F	2

Пересчет полученной итоговой (O) 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

Всего в тесте 30 вопросов. За каждый правильный ответ ставится 1 балл.

Функциональные пробы стали применяться:
в начале 20 века

в начале 21 века

Проба ГИИФК была разработана:
Д.Ф. Шабашовым и А.П. Егоровым
Д.Ф. Ивашицким и С.П. Летуновым

Трехместная комбинированная функциональная проба была предложена:
Д.Ф. Шабашовым
С.П. Летуновым

Беговые тесты пригодны для суждения:
о функциональном состоянии ССС
о функциональном состоянии эндокринной системы

Пробы с изменением дыхания применяют:
для оценки внутреннего дыхания
для оценки эффективности работы аппарата внешнего дыхания

Ортостатические приборы применяют:
для оценки деятельности вегетативной нервной системы
для оценки опорно-двигательного аппарата

Большинство функциональных проб характеризует:
деятельность организма в целом
деятельность отдельно взятой системы

Ретест – это:
повторное проведение теста
многократное проведение теста

К максимальным тестам относятся:
определение МПК, предельной длительности физических нагрузок
определение ИСЕ и АД

Термин «Черный ящик» условно означает:
Объект, структура и функциональные свойства которого недостаточно известны
объект, внешний вид которого неизвестен

Сопоставление входных и выходных сигналов позволяет:
судить о функциональном состоянии «серного ящика»
судить о внешнем виде объекта «черного ящика»

При идеальной адаптации:
характер выходных и входных сигналов «черного ящика» различен
характер входных и выходных сигналов «черного ящика» идентичен

Помещение во время функции проб должно быть:
хорошо проветрено
хорошо закрыто

Температура в помещении во время проведения тестирования должна быть:
19- 22 С

22- 25 С

Влажность воздуха во время проведения тестирования должна быть:
не более 40%
не более 60%

Во время проведения тестирования необходимо:
добавить звуковые и световые сигналы
исключить возникновение звуковых и световых сигналов

В аптеке первой помощи необходимо иметь:
препараты стимулирующие кровообращение и дыхание
препараты подавляющие кровообращение и дыхание

Определение работоспособность включает:
4 направления
6 направлений

По характеру входного воздействия различают следующие виды воздействий:
физическую нагрузку, изменение тела в пространстве, натуживание, изменение газового состава вдыхаемого воздуха
физическую нагрузку, изменение АД, МПК, натуживание

Различают следующие градации здоровья:
здоровый, абсолютно здоровый и практически здоровый
здоровый, абсолютно здоровый и больной

Объективными показателями здоровья являются:
результаты антропометрии, рентгенографии, кардиограммы
результаты соматоскопии, клинических, физиологических, и биохимических исследований

Субъективными показателями здоровья являются:
ощущение самочувствия, жалобы
клинические симптомы и физиологические показатели

Различают здоровье:
статическое и динамическое
абсолютное и относительное

Статическое здоровье определяется:
в условиях мышечного напряжения
в условиях мышечного покоя

Динамическое здоровье определяется:
при мышечной нагрузке
при отдыхе

Физическая работоспособность зависит:
от антропометрических и морфологических показателей организма
от морфологического и функционального состояния различных систем организма

Уровень физической работоспособности зависит:
от наследственности, профессии, характера физической активности
от конституционных особенностей, вида спорта, профессии

Обследование спортсмена начинается:
с анамнеза
с антропометрических измерений

После сбора анамнеза следует:
анализ функционального состояния внутренних органов
внешний осмотр

Динамическая атаксия – это:
расстройство координации движений
расстройство вестибулярного аппарата

Статическая атаксия это:
нарушение функций ОДА
нарушение равновесия

Статическую координацию оценивают:
с помощью пробы Ромберга
с помощью пробы Синякова

Биомеханический контроль это:
контроль за опорно-двигательным аппаратом
контроль за двигательной деятельностью спортсмена

Оперативный контроль это:
контроль за оперативным состоянием спортсмена
контроль за всеми системами организма

Этапный контроль это:
контроль за перманентным состоянием спортсмена
контроль за один месяц физиологического состояния спортсмена

Комплекс тестов это:
несколько тестов, используемых вместе для решения общей задачи
несколько тестов, используемых отдельно для решения общей задачи

Эквивалентность тестов обозначает:
степень совпадения результатов при использовании двух или более тестов
степень индивидуальности двух или более тестов

Гомогенный комплекс тестов обозначает:
комплекс, состоящий из эквивалентных тестов
комплекс, состоящий из индивидуальных тестов

Гетерогенный комплекс тестов обозначает:
комплекс, содержащий несколько индивидуальных тестов
комплекс, содержащий не только эквивалентные тесты

Валидность тестов обозначает:

степень точности, с которой тест измеряет оцениваемое свойство
степень информативности теста

Акселератами являются:

дети, двигательный возраст которых опережает календарный
дети, двигательный возраст которых отстает от календарного

Ретардантами являются:

дети, двигательный возраст которых соответствует календарному
дети, двигательный возраст которых отстает от календарного

Стандартными шкалами называются:

шкалы, в которых масштабом служат стандартные отклонения
шкалы, в которых масштабом служат стандартные нормы

Шкалой оценок называют

правило преобразования результатов тестов в очки
правило преобразования результатов тестов в графики

Шкала оценок задается:

формулами, тестами, графиками
формулами, таблицами или графически

К моторным тестам относятся:

тесты, в основе которых лежат двигательные задания
тесты, в основе которых лежат стандартные задания

Гиперстеники:

коренастые, широкоплечие с короткими конечностями.
имеют пропорциональное телосложение.

Астеники:

стройные, высокие, худощавые.
коренастые, широкоплечие

Нормостеники:

стройные, высокие, худощавые.
имеют пропорциональное телосложение.

Сахарный диабет-это заболевание, связанное:

с нарушением углеводного обмена.
с нарушением жирового обмена.

Инфаркт миокарда -это:

нарушение кровообращения мозга.
омертвление участка сердечной мышцы, вследствие закупорки сосудов сердца

Атрофия-это:

прижизненное уменьшение объема органов, тканей, клеток сопровождающееся
ослаблением или прекращением их функций.
увеличение объема органов, тканей, клеток при сохранении их конфигурации.

Гипертрофия:

прижизненное уменьшение объема органов, тканей, клеток сопровождающееся ослаблением или прекращением их функций.

увеличение объема органов, тканей, клеток при сохранении их конфигурации.

Метод электрокардиографии позволяет судить о:

нарушениях питания сердечной мышцы.

размерах полостей сердца.

При жалобах на боль в области сердца в первую очередь должна быть проведена:

фонокардиография

эхокардиография.

О сократительной функции сердца позволяет судить метод:

фонокардиография

эхокардиография

Метод эхоэнцефалографии используют для выявления:

объемного процента в мозге (гематома, опухоль).

поражение костей черепа.

К морфологическим особенностям сердца спортсмена относятся:

расширение полостей сердца.

гипотрофия.

К функциональным особенностям сердца спортсмена относятся:

брадикардия

тахикардия

Пульсовое артериальное давление является косвенным показателем:

коронарного кровотока.

ударного объема сердца

Существуют два типа велоэргометров:

механические и стационарные

педальные и стационарные

На механических велоэргометрах рекомендуется следующая частота вращения педалей:

от 10-50 оборотов в мин

от 50-100 оборотов в мин

На стационарных велоэргометрах частота педальирования поддерживается на:

постоянном уровне 60-70 об в мин

увеличивается по мере работы

При помощи тротбана имитируется:

естественный бег

физическая нагрузка на организм

По характеру входного воздействия различают следующие виды воздействий:

физическую нагрузку, изменение тела в пространстве, натуживание, изменение газового

состава вдыхаемого воздуха
физическую нагрузку, изменение АД, МПК, натуживание

Ортостатическая проба дает представление:
о симпатическом отделе вегетативной нервной системы
о парасимпатическом отделе

Ортостатическую пробу используют:
при исследовании кардиореспираторной системы
при исследовании сердечно-сосудистой системы

При проведении ортостатической пробы регистрируется:
ЧСС и АД
МПК и МОК

8.3. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации **Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине «Методы тестирования в спортивной медицине»**

1. История развития дисциплины «Тестирование в спортивной медицине».
2. Предмет и задачи дисциплины «Методы тестирования в спортивной медицине».
3. Введение в спортивно-медицинское тестирование.
4. Стандартизация тестов.
5. Концепция «черного ящика». Понятие о входных, выходных воздействиях и шумах.
6. Классификация функциональных проб.
7. Нагрузочные, или двигательные тесты.
8. Характеристика метода велоэргометрии и пробы с бегущей дорожкой.
9. Характеристика пробы с изменением положения тела в пространстве, пробы с натуживанием. Характеристика пробы с изменением газового состава воздуха, пробы с введением лекарственных средств.
10. Требования к спортивно-медицинским тестам.
11. Характеристика выходных сигналов.
12. Что собой представляет общая и специальная работоспособность.
13. Основные задачи тестирования.
14. Характеристика методов определения МПК.
15. Прямые и косвенные методы определения МПК.
16. Физиологическое обоснование применения методов определения МПК.
17. Тестирование и оценка тренированности спортсменов.
18. Методика проведения Гарвардского степ-теста.
19. Понятие о тесте PWC_{170} , способы определения.
20. Понятие о физической работоспособности. Методы определения.
21. Методика проведения теста PWC_{170} .
22. Тест с изменением положения тела в пространстве. Влияние изменения положения тела в пространстве на функциональные показатели организма.
23. Оценка реакции на ортостатическую пробу.
24. Проба Летунова. Общая характеристика.
25. Гипертонический тип реакции на пробу Летунова.
26. Ортостатическая проба, методика проведения.
27. Гипотонический тип реакции на пробу Летунова.
28. Нормотонический тип реакции на пробу Летунова.
29. Дистонический тип реакции на пробу Летунова.

30. Реакция со ступенчатым подъемом максимального артериального давления на пробу Летунова.
31. Оценка реакции организма человека на натуживание.
32. Определение аэробно-анаэробного порога.
33. Механизм влияния натуживания на организм человека.
34. Понятие об аэробно-анаэробном пороге.
35. Методика определения аэробно-анаэробного порога.
36. Критерии оценки аэробно-анаэробного порога.
37. Проба с натуживанием. Общая характеристика.
38. Методика проведения пробы с натуживанием.

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 демонстрирует: - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий;	Обучающийся демонстрирует: - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на	Обучающийся демонстрирует: - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; - твердые знания теоретического материала.	Обучающийся демонстрирует: - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; - полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и

<p>- непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета;</p> <p>- отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины;</p> <p>- отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкую степень контактности.</p>	<p>дополнительные вопросы;</p> <p>- недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины;</p> <p>- умение без грубых ошибок решать практические задания, которые следует выполнить.</p>	<p>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития;</p> <p>- правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы;</p> <p>- умение решать практические задания, которые следует выполнить;</p> <p>- владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины;</p> <p>- наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам. Возможны незначительные оговорки и неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на вопросы.</p>	<p>явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий;</p> <p>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории;</p> <p>- логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы преподавателя;</p> <p>- умение решать практические задания;</p> <p>- свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.</p>
<p>Оценка «неудовлетворительно» / «незачтено»</p>	<p>Оценка «удовлетворительно» / «зачтено»</p>	<p>Оценка «хорошо» / «зачтено»</p>	<p>Оценка «отлично» / «зачтено»</p>

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1. Литература

а) основная 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)
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №13: преподавательский стол, стул; столы и стулья для обучающихся – 24 посадочных места; мультимедийный комплекс (проектор, экран); ПК преподавателя; колонки; классная доска; кафедра; программное обеспечение: Windows 7 Professional; Office Standard 2010; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Total Security; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.VУЗ»; Cisco Webex - Система проведения вебинаров.	362025, Республика Северная Осетия-Алания, город Владикавказ, улица Ватутина, дом 44-46, учебный корпус №8
Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа №15: преподавательский стол, стул; столы и стулья для обучающихся – 18 посадочных места; интерактивная доска; мультимедийный комплекс (проектор, экран); ПК преподавателя; колонки; анализатор электроэнцефалографический «Синапсис» (стандартная конфигурация); ростомер с весами; спирометр; спирометр MicroLoop, в комплекте с принадлежностями; беговая дорожка Smooth Fitness; велоэргометр 7682-860 E7 «Kettler»; велотренажер Kettler; тонометр электронный «Микролайф»; микроскоп «Люам-111»; медицинская кушетка; кафедра; программное обеспечение: Windows 7 Professional; Office Standard 2010; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Total Security; Консультант плюс; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.VУЗ»; Cisco Webex - Система проведения вебинаров.	

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также самостоятельной работы обучающихся (№17) оснащена доступом к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Состав лицензионного и свободно распространяемого программного

обеспечения, в том числе отечественного производства

№ п/п	Наименование	№ договора (лицензия)
1	Программа для ЭВМ «Банк вопросов для контроля знаний»	Разработка СОГУ Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ №2015611829 от 06.02.2015 г. (бессрочно)
2	Система тестирования Sunrav WEB Class	№468 от 03.12.2013 ИП Сунгатулин Р.Т.(бессрочно)
3	«Галактика»	№31907480031 от 25.02.2018 г. (бессрочно)

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;

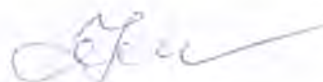
Текущая работа студента в течение рубежа 50 баллов.

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



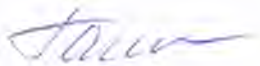
Ф.Г. Хамикоев

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