

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования_
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»**

Институт клинической медицины

УТВЕРЖДЕНО

решением президиума Ученого совета ННГУ

протокол № 1 от 16.01.2024 г.

Рабочая программа дисциплины

Основы спортивной медицины

Уровень высшего образования

Специалитет

Направление подготовки / специальность

31.05.01 - Лечебное дело

Направленность образовательной программы

Лечебное дело

Форма обучения

очная

г. Нижний Новгород

2024 год начала подготовки

1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.1.ДВ.01.01 Основы спортивной медицины относится к части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1: УК-7.1: Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	УК-7.1: УК-7.1: Знает терминологический аппарат в сфере профилактики, спортивной медицины; показания и противопоказания к применению методов профилактики травм, заболеваний и (или) состояний и укреплению здоровья; принципы особенности и методики профилактических и оздоровительных мероприятий, в том числе и с применением современных технологий Умеет определить показания и противопоказания к применению методов профилактики травм, заболеваний и (или) состояний и укреплению здоровья; определить цель и задачи, подобрать средства и методики профилактических и оздоровительных мероприятий, в том числе современные технологии медицинского фитнеса оценить эффективность проведенных профилактических и Владеет (имеет опыт) проведения профилактических и оздоровительных мероприятий, проведения	Задачи Тест Реферат	Зачёт: Контрольные вопросы

		<p>врачебного наблюдения за спортсменами. УК-7.2: Знает современную концепцию физической активности для здоровья, основы медико-биологического обеспечения учебно-тренировочного процесса, порядок допуска к занятиям физической культурой и спортом, основы диспансерного наблюдения за занимающимися физической культурой и спортом, концепцию общего объёма физической активности, методы оценки интенсивности и общего объёма физической активности, глобальные рекомендации ВОЗ по физической активности, составления рекомендаций по физической активности для сохранения и улучшения состояния здоровья. Умеет оценить общий объём, физической активности оценить интенсивность физической активности, составлять рекомендаций по физической активности для сохранения и улучшения состояния здоровья,</p>		
--	--	---	--	--

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная
Общая трудоемкость, з.е.	5
Часов по учебному плану	180
в том числе	
аудиторные занятия (контактная работа):	
- занятия лекционного типа	0
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	48
- КСР	1
самостоятельная работа	131
Промежуточная аттестация	0

	Зачёт
--	-------

3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего (часы)	в том числе			
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа (практические занятия/лабораторные работы), часы	Всего	
	0 ф о	0 ф о	0 ф о	0 ф о	0 ф о
Тема 1. Раздел 1. Организационные и медико-биологические основы спортивной медицины	36		12	12	24
Раздел 2. Морфофункциональное состояние организма спортсмена и методы его оценки	36		12	12	24
3. Врачебный контроль в спортивной медицине	107		24	24	83
Аттестация	0				
КСР	1			1	
Итого	180	0	48	49	131

Содержание разделов и тем дисциплины

Раздел 1. Организационные и медико-биологические основы спортивной медицины

Тема 1. Введение в спортивную медицину. Организация спортивной медицины в РФ.

Тема 2. Основы общей патологии.

Раздел 2. Морфофункциональное состояние организма спортсмена и методы его оценки

Тема 3. Исследование и оценка физического развития.

Тема 4. Методы исследования дыхательной системы и сердечно-сосудистой системы в спортивной медицине.

Тема 5. Методы исследования опорно-двигательного аппарата и нервной системы в спортивной медицине.

Тема 6. Физическая работоспособность. Тренированность. Функциональные пробы с физическими нагрузками.

Раздел 3. Врачебный контроль в спортивной медицине

Тема 7. Врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом. Виды медицинских обследований. Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях и массовых мероприятиях.

Тема 8. Особенности врачебного контроля в зависимости от пола, возраста и состояния здоровья.

Тема 9. Переутомление. Перетренированность. Перенапряжение. Восстановление работоспособности в спорте. Антидопинговый контроль. Спортивный травматизм. Первая помощь

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

1. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021 — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476692>
2. Спортивная медицина : учебник / составитель В. П. Власова. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2019 — 322 с. — Текст : электронный // Лань : электроннобиблиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/163498>
3. Белова, Л. В. Спортивная медицина : учебное пособие / Л. В. Белова. — Ставрополь : СКФУ, 2016 — 149 с. — Текст : электронный // Лань : электроннобиблиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/155305>
4. Спортивная медицина : учебно-методическое пособие / составители В. М. Ериков, А. А. Никулин. — Рязань : РГУ имени С.А.Есенина, 2017 — 112 с. — ISBN 978-5-906987-06-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/164524>

5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:

5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Задачи) для оценки сформированности компетенции УК-7:

1. При наружном осмотре у спортсмена-легкоатлета обнаружена малая подвижность в тазобедренном и коленном суставах. Задание Какими методами можно оценить подвижность суставов? К каким последствиям может привести снижение подвижности в суставах нижней конечности? Ваши рекомендации относительно коррекции исправления обнаруженного нарушения? 1. Гимнастка 18 лет. Жалуется на затруднение при выполнении упражнений силового характера, повышенную потливость при выполнении упражнений. Все это возникло после перерыва в тренировках в период каникул. Задание Возможная причина наблюдаемых изменений? Ваша тактика обследования, рекомендации? 1. В походе туристу деревом придавило ноги. Он в таком состоянии находится уже более 2-ух часов, но в сознании. Задание Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности: 1. поднять дерево и освободить ноги 2. не поднимать дерево и не тревожить пострадавшего до прибытия спасательных служб, даже если на их ожидание потребуются сутки 3. снять обувь и обложить ноги и обложить ноги ниже препятствия бутылками или фляжками с горячей водой (воду согреть на костре) 4. обложить ноги бутылками и фляжками, заполненными ледяной родниковой водой 5. туго забинтовать ноги до места повреждения 6. предложить обильное теплое питье (например, чай из термоса) 7. исключить прием, какой-либо жидкости 8. дать 2-3 таблетки анальгина 9. наложить защитные жгуты на бедра выше места сдавливания 10. постоянно растирать и массировать ноги до освобождения пострадавшего 11. наложить импровизированные шины от подмышек до пяток 12. наложить импровизированные шины от паховой складки до пяток 13. туго забинтовать до паховых складок 14. переносить или перевозить пострадавшего только на носилках, даже при удовлетворительном самочувствии 1. У спортсмена при прохождении углубленного медицинского обследования выявлено наличие очага хронической инфекции. Задание Можно ли спортсмену продолжать тренировочную

деятельность в этом случае. Ответ обоснуйте. 1. При обследовании подростка, проявляющего интерес к занятиям спортом, выявлены симптомы, предрасполагающие к развитию гипертонических состояний. Задание Какие виды спорта целесообразно рекомендовать в сложившейся ситуации? Ответ обоснуйте. 1. Акробатка Д., 17 лет, КМС, спортивный стаж 10 лет, на момент обследования жалоб не предъявляет. При определении физического развития методом антропометрии были получены следующие результаты: длина тела – 165см, масса тела - 48 кг, окружность грудной клетки – 78 см, ЖЕЛ – 3200мл, кистевая динамометрия – 24 кг. Задание Оценить полученные результаты методом индексов (рассчитать индексы Кетле, Эрисмана, жизненный, силовой). Дать рекомендации.

Критерии оценивания (оценочное средство - Задачи)

Оценка	Критерии оценивания
превосходно	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки. Продемонстрированы все основные умения,. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач
отлично	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. Продемонстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественным недочетами, выполнены все задания в полном объеме. Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов
очень хорошо	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи . Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами. Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов.
хорошо	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами. Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетам
удовлетворительно	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибки. Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания но не в полном объеме. Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами
неудовлетворительно	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки
плохо	Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа

5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции УК-7:

Выберите один наиболее правильный ответ

1. Спортивная медицина - это наука, которая изучает

- влияние занятий спортом на организм спортсмена.
- влияние занятий физической культурой на организм человека.
- здоровье, физическое развитие и функциональные возможности человека в связи с занятиями спортом и физической культурой.
- влияние гиподинамии на организм здорового человека.
- влияние гипердинамии на организм здорового человека.

2. К основным видам врачебного обследования спортсменов относятся

- первичные обследования.
- текущие наблюдения.
- этапные обследования.
- профилактические осмотры.
- дополнительные обследования.
- Верно всё вышеперечисленное.
- Верно А, Б, В, Д.
- Верно А, В, Д.

1. Здоровье человека это

- состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических недостатков.
- отсутствие болезни или физических недостатков.
- функциональный оптимум, в пределах которого организм функционирует наиболее эффективно применительно к конкретным условиям.
- мера жизнедеятельности организма в данных конкретных условиях среды, в пределах которой изменения физиологических процессов удерживаются на оптимальном уровне функционирования гомеостатической саморегуляции.

4. Основными признаками долговременной адаптации сердечно-сосудистой системы к оптимальных физических нагрузок (особенно на развитие выносливости) являются:

А. брадикардия, физиологическая гипотония, значительно выражена гипертрофия миокарда.

Б. брадикардия, умеренная гипертония, гипертрофия миокарда.

В. брадикардия, физиологическая гипотония, умеренная гипертрофия миокарда с соответствующим развитием коронарного кровотока.

Г. брадикардия, гипотония, гипертрофия преимущественно правых отделов миокарда.

Д. тахикардия, физиологическая гипертония, умеренная гипертрофия миокарда с соответствующим развитием коронарного кровотока.

5. Для гипертонического типа реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку характерно:

- увеличение пульса до 60-80%, умеренное повышение систолического АД, некоторое снижение диастолического АД, увеличение пульсового АД.
- увеличение пульса до 60-80%, умеренное снижение систолического, диастолического и пульсового АД.
- увеличение пульса на 100% умеренно повышенной систолического АД, уменьшение диастолического и пульсового АД.
- увеличение пульса свыше 100%, незначительное повышение систолического, диастолического, снижение пульсового АД.
- увеличение пульса свыше 100%, значительное повышение систолического и диастолического АД.

6. Проба академика В.И. Воячека используется для исследования функционального состояния

- опорно-двигательного аппарата.
- ССС.
- вестибулярного аппарата.
- дыхательной системы.
- проприоцептивной чувствительности.

7. К необходимым показателям для расчета максимального потребления кислорода (л/мин) непрямым методом относятся

- частота сердечных сокращений до нагрузки и после нагрузки.
- максимальная частота сердечных сокращений и максимальная мощность нагрузки.
- максимальная мощность нагрузки.
- максимальная частота дыхания во время нагрузки.

8. К наиболее тяжелым из перечисленных травм опорно-двигательного аппарата относятся

- ушибы.
- вывихи.
- разрывы мышц и сухожилий.
- растяжения мышц.

9. Период суперкомпенсации в процессе восстановления после физических нагрузок это:

- возвращения работоспособности до исходного уровня.
- повышение работоспособности над исходным уровнем.
- снижение работоспособности по сравнению с исходным уровнем.
- состояние абсолютного покоя.
- привлечение активного отдыха.

10. Оптимальное соотношение вдохов ИВЛ и ритма надавливаний на грудину при реанимации двумя спасателями:

- На 1 вдох – 5 надавливаний.
- На 2 вдоха – 15 надавливаний.
- На 1 вдох – 10 надавливаний.
- На 2 вдоха – 5 надавливаний.

Критерии оценивания (оценочное средство - Тест)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Более 70% правильных ответов

Оценка	Критерии оценивания
не зачтено	Менее 70% правильных ответов

5.1.3 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции УК-7:

1. Особенности телосложения, физического развития, функционального состояния и характера заболеваемости спортсменов (на примере избранной специализации). 2. Основные противопоказания к занятиям спортом со стороны различных систем организма. 3. Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности при занятиях физической культурой и спортом (на примере избранной специализации). 4. Внезапная смерть в спорте. 5. Влияние занятий спортом на половое развитие. 6. Тестирование физической работоспособности в спортивной медицине. 7. Врачебно-педагогическое наблюдение в спортивной медицине. 8. Влияние хронической очаговой инфекции на здоровье и работоспособность спортсмена. 9. Анаболические стероиды и здоровье спортсменов. 10. Самоконтроль спортсменов. 11. Предпатологические и патологические состояния у спортсменов (причины, патофизиологические и патобиохимические проявления, профилактика). 12. Факторы, ухудшающие физическую работоспособность спортсменов. 13. Хроническое перенапряжение ведущих органов и систем организма у спортсменов. 14. Особенности проведения врачебного контроля за лицами пожилого возраста, занимающимися физкультурой и спортом. 15. Особенности проведения врачебного контроля за женщинами, занимающимися физкультурой и спортом. 16. Особенности проведения врачебного контроля за детьми и подростками, занимающимися физкультурой и спортом. 17. Особенности проведения врачебного контроля за инвалидами, занимающимися физкультурой и спортом. 18. Особенности морфо-функционального состояния сердечно-сосудистой системы физкультурников и спортсменов. 19. Острые патологические состояния при нерациональных занятиях физкультурой и спортом. 20. Организация медицинского обеспечения спортсменов с ограниченными возможностями. 21. Организация службы допинг-контроля в избранном виде спорта

Критерии оценивания (оценочное средство - Реферат)

Оценка	Критерии оценивания
превосходно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно»
отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
очень хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «очень хорошо»
хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»
удовлетворительно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена

Оценка	Критерии оценивания
	дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо»
плохо	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	не зачтено		зачтено				
<u>Знания</u>	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Ошибок нет.	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки.
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов
<u>Навыки</u>	Отсутствие базовых	При решении стандартных	Имеется минимальн	Продemonстрированы	Продemonстрированы	Продemonстрированы	Продemonстрирован

	навыков. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	задач не продемонстрир ованы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	ый набор навыков для решения стандартны х задач с некоторым и недочетами	базовые навыки при решении стандартны х задач с некоторым и недочетами	базовые навыки при решении стандартны х задач без ошибок и недочетов	навыки при решении нестандарт ных задач без ошибок и недочетов	творческий подход к решению нестандартны х задач
--	--	---	--	---	--	---	--

Шкала оценивания при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	превосходно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно», продемонстрированы знания, умения, владения по соответствующим компетенциям на уровне выше предусмотренного программой
	отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично».
	очень хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо»
	хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо».
	удовлетворитель но	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	неудовлетворите льно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».
	плохо	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации с указанием критериев их оценивания:

5.3.1 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции УК-7

Понятие, цель и задачи спортивной медицины. Организация медицинского обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом. Формы организации врачебного контроля. Задачи и содержание врачебно-педагогических наблюдений.
Понятие здоровья и нормы. Значение здоровья в спорте. Факторы, определяющие здоровье человека.
Понятие предболезни, болезни, патологической реакции, патологического процесса и патологического состояния. Биологическая сущность болезни. Этиология и патогенез. Исходы болезни. Роль наследственности в патологии.
Реактивность организма (общая и иммунологическая). Современные представления об иммунитете. Изменения

иммунной реакции у спортсменов в тренировочном макроцикле.
Типовые патологические процессы. Гипертрофические процессы в организме спортсмена.
Понятие физического развития, телосложения, конституции и соматотипа. Классификация и характеристика конституционных типов..
Понятие о правильной осанке, виды нарушения осанки их характеристика. Методы оценки состояния стопы. Дефекты осанки и формы стопы – противопоказания к занятиям некоторыми видами спорта.
Методы исследования и оценки физического развития.
Особенности функционального состояния аппарата внешнего дыхания у спортсменов. Исследование функционального состояния дыхательной системы. Функциональные пробы системы внешнего дыхания.
Функциональные особенности сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Понятие о «спортивном» сердце. Физиологическое и патологическое спортивное сердце. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы.
Типы реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы . Прессорные пробы. Проба Серкина.
Влияние занятий спортом на функциональное состояние нервной системы. Наиболее частые причины нарушения функционального состояния ЦНС. Исследование функционального состояния нервной системы и анализаторов у спортсменов.
Влияние занятий спортом на функциональное состояние ВНС. Исследование функционального состояния вегетативной нервной системы у спортсменов. Клинические характеристики функционального состояния ВНС.
Кожно-вегетативные рефлексy. Вегетативный индекс Кердо. Пробы с изменением положения тела в пространстве: ортостатическая проба, клиностатическая проба.
Влияние занятий спортом на вестибулярный анализатор. Простейшие методы определения функционального состояния вестибулярного аппарата (проба Ромберга, пальценосовая проба, коленно-пяточная проба, проба Яроцкого, вращательные пробы).
Исследование двигательного анализатора. Теппинг-тест. Исследование кинестетической и проприоцептивной чувствительности.
Исследование и оценка амплитуды движений в суставах конечностей и гибкости позвоночника.
Исследование силы мышц. Динамометрия.
Понятие физической работоспособности и подготовленности. Общая и специальная физическая работоспособность.
Функциональные пробы с физическими нагрузками. Понятие, задачи, требования и классификация.
Методика проведения и оценка пробы Летунова. Оценка физической работоспособности по пробе Руфье.

Гарвардский степ тест, методика проведения, оценка результатов, нормативные величины. Проба Мартинэ. Методика проведения и оценка результатов.
Определение физической работоспособности по тестированию на велоэргометре и тредбане.
Определение физической работоспособности по пробе PWC ₁₇₀ .
Тест Новакки. Методика проведения, способ дозирования физической нагрузки, оценка результатов тестирования. Оценка функциональных возможностей кардиореспираторной системы с помощью определения максимального потребления кислорода.
Понятие о тренированности. Составляющие комплексного понятия тренированности. Виды тренированности. Методы оценки. Понятие функциональной подготовленности.
Особенности врачебно-педагогического контроля за детьми и подростками, лицами пожилого возраста, занимающимися физкультурой и спортом, женщинами-спортсменками.
Врачебно-педагогический контроль за инвалидами, занимающимися физкультурой и спортом.
Виды, содержание, задачи и время проведения врачебных обследований спортсменов. Самоконтроль при занятиях физкультурой и спортом.
Принципы организации медицинского обеспечения спортивных соревнований.
Неотложные состояния в спортивной медицине. Первая помощь.
Спортивная травма. Понятие, причины, классификация, профилактика.
Понятие об асептике и антисептике: антисептические средства, методика их использования.
Виды кровотечений, признаки различных видов кровотечения. Способы остановки различных видов кровотечения.
Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.
Травмы опорно-двигательного аппарата. Первая помощь. Правила переноски и транспортировки пострадавших.
Перетренированность, перенапряжение при занятиях физкультурой и спортом. Понятие, причины, профилактика.
Утомление, переутомление при занятиях физкультурой и спортом. Понятие, причины, профилактика.
Восстановление спортивной работоспособности. Общие принципы управления процессами восстановления. Фазы восстановительных процессов.
Основные и вспомогательные средства ускорения восстановительных процессов. Продукты повышенной биологической ценности, их роль в ускорении процессов восстановления.

Антидопинговый контроль в спорте, группы допинговых препаратов, процедура проведения антидопингового контроля.

Фармакологические средства, ускоряющие восстановление и повышающие спортивную работоспособность, их краткая характеристика и требования к ним.

Критерии оценивания (оценочное средство - Контрольные вопросы)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

Основная литература:

1. Поляев. Спортивная медицина : национальное руководство / Поляев; Макарова; Парастаев. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 880 с. - ISBN 978-5-9704-6657-5., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=870696&idb=0>.
2. Елифанов. Спортивная медицина : практическое руководство / Елифанов; Елифанов. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 664 с. - ISBN 978-5-9704-7274-3., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=870675&idb=0>.
3. Граевская Н. Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия : учебное пособие / Граевская Н. Д., Долматова Т. И. - Москва : Спорт-Человек, 2018. - 712 с. - Книга из коллекции Спорт-Человек - Физкультура и Спорт. - ISBN 978-5-906839-52-7., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=879623&idb=0>.
4. Андриянова Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие / Е. Ю. Андриянова. - 2-е изд. ; пер. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 325 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-12603-7. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=843371&idb=0>.
5. Врачебный контроль в физической культуре. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2019., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=657534&idb=0>.

Дополнительная литература:

1. Дмитриев А. В. Спортивная нутрициология / Дмитриев А. В., Гунина Л. М. - 2-е изд. - Москва : Спорт-Человек, 2022. - 640 с. - Книга из коллекции Спорт-Человек - Физкультура и Спорт. - ISBN 978-5-907225-91-6., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=881238&idb=0>.
2. Руненко Светлана Давидовна. Врачебный контроль в фитнесе : Монография. - 2-е изд. - Москва : ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2018. - 192 с. - Дополнительное профессиональное образование. - ISBN 978-5-16-106693-5., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?>

Action=FindDocs&ids=623457&idb=0.

3. Белова Л. В. Спортивная медицина : учебное пособие. направление подготовки 49.03.01 – физическая культура. профиль «спортивная тренировка». бакалавриат / Белова Л. В. - Ставрополь : СКФУ, 2016. - 149 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции СКФУ - Медицина., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=731436&idb=0>.

Action=FindDocs&ids=731436&idb=0.

4. Дополнительные материалы к изданию "Спортивная медицина" : практическое руководство. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, . - 536 с. - ISBN ISBN 978-5-9704-4844-1., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=734631&idb=0>.

5. Солодков А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / Солодков А. С., Сологуб Е. Б. - 11-е изд. - Москва : Спорт-Человек, 2023. - 624 с. - Допущен Министерством РФ по физической культуре и спорту в качестве учебника для высших учебных заведений физической культуры. - Книга из коллекции Спорт-Человек - Медицина. - ISBN 978-5-907601-21-5., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=883209&idb=0>.

6. Биохимический контроль в спорте / Никулин Б.А., Родионова И.И. - Москва : Советский спорт, 2014., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=655698&idb=0>.

7. Дёшин Р. Г. Диагностика в клинической и спортивной медицине. Справочник : Справочник. Диагностика в клинической и спортивной медицине / Дёшин Р. Г. - Москва : Спорт-Человек, 2016. - 140 с. - Книга из коллекции Спорт-Человек - Физкультура и Спорт. - ISBN 978-5-906839-22-0., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=879480&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

1. Электронные библиотеки (Znaniium.com, «ЭБС консультант студента», «Лань» Университетская библиотека Online и др.)
2. Научная российская электронная библиотека elibrary.ru
3. Научные базы данных Scopus, Web of Science, BioMed Central
4. Периодика онлайн (Elsevier, Nature, Springer, Wiley online library, УИРС Россия)
5. DOAJ-Direktory of Open Access Journals
6. HighWirePress
7. PLOS-Publik Library of Science

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами, специализированным оборудованием: Помещения представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: учебно-методические пособия, компьютеры с выходом в Интернет, проектор, экран. Медицинский кабинет (лаборатория спортивной медицины): электрокардиограф, компьютер, весы, автоматизированная установка для исследования функциональных состояний человека.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по специальности 31.05.01 - Лечебное дело.

Автор(ы): Балчугов Владимир Аркадьевич, кандидат медицинских наук, доцент.

Заведующий кафедрой: Курникова Мария Владимировна, доктор социологических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 4.12.2023, протокол № 5.