

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
"КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА"**

**ФАКУЛЬТЕТ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ**

«УТВЕРЖДАЮ»

и.о. декана ФПК и ППС

 М.Д. Батчаева

« 01 » 12 2025 г.



Рабочая программа дисциплины

СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

ПО
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ
(СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА)»**

Карачаевск, 2025

Программу составил(а): ст. преп. Батчаева К.Х.-Д.

Рабочая программа дисциплины «Спортивная медицина» составлена для слушателей нового вида профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта «Тренер» утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 7 апреля 2014 г. № 193н, по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль – Спортивная тренировка в избранном виде спорта, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 №940.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры ТОФК и туризма на 2025-2026 уч. год

Протокол № 1 от 25.09.2025

Зав. кафедрой ТОФК и туризма доц. Джирикова Ф.Д.



СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование дисциплины (модуля).....	4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы.....	5
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	6
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся	6
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	7
5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	7
5.2. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий	8
5.3. Примерная тематика курсовых работ	8
5.4. Самостоятельная работа и контроль успеваемости.....	8
6. Образовательные технологии	9
7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).....	11
7.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.....	11
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы	12
7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:	12
7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации (зачет)	13
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля).....	16
9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)	17
10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)	19
10.1. Общесистемные требования	19
10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины	20
10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения	20
10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы	20
11. Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья	20
12. Лист регистрации изменений.....	21

1. Наименование дисциплины (модуля)

Спортивная медицина

Целью изучения дисциплины является «Спортивная медицина» является формирование у студентов о представления о:

- динамических наблюдениях за состоянием здоровья, правильном развитием функциональных возможностей организма спортсмена, уровнем общей физической и специальной работоспособности, а также за эффективностью тренировочного процесса;
- динамических врачебных наблюдениях в профилактике предпатологических и патологических состояний у спортсменов;
- об обоснованном, оптимальном дозировании физических нагрузок, оценки их эффективности, профилактики перенапряжения.

Для достижения цели ставятся задачи:

- познакомить с позитивным и негативным влиянием специфических спортивных нагрузок на анатомические структуры тела;
- научить оценивать морфологические и функциональные изменения в организме спортсмена на клеточном, тканевом и системном уровнях;
- сформировать знания к обоснованному проведению тренировочного процесса;
- патоморфологические изменениями органов и систем, возникающими при нерациональном режиме тренировок и физических перегрузках;
- научить навыкам оказания первой доврачебной помощи;
- научить организовывать медицинское обеспечение занятий;
- организовывать систему врачебного контроля при занятиях физической культурой и спортом.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- основы общей патологии;
- организацию системы врачебного контроля при занятиях физической культурой и спортом;
- влияние физических упражнений на органы и системы, морфо-функциональные особенности организма спортсмена;
- методику исследования и оценки физического развития;
- методику тестирования функционального состояния различных систем организма;
- методику исследования и оценки общей и специальной физической работоспособности;
- методику и трактовку врачебно-педагогических наблюдений;
- организацию медицинского обеспечения спортивных соревнований;
- классификацию и общие принципы использования средств повышения спортивной работоспособности и ускорения восстановительных процессов;
- причины и признаки предпатологических и патологических состояний, заболеваний и травм, возникающих при занятиях спортом, меры их профилактики;
- правила оказания неотложной помощи при наиболее частых травмах и острых патологических состояниях при занятиях спортом.

Уметь:

- использовать знания, полученные при изучении дисциплины, в практической деятельности по повышению информированности в вопросах здоровья, формирова-

- нию здорового образа жизни и оздоровлению различных контингентов населения средствами физической культуры и спорта;
- формировать осознанное использование средств физической культуры как фактора восстановления работоспособности, обеспечения активного долголетия;
 - применять знания в области санитарного законодательства и нормативно-правовые документы (СанПиН) в педагогической, тренерской; рекреационной; организационно-управленческой деятельности;
 - использовать гигиенические принципы нормирования нагрузок при разработке учебных планов и программ, проведении учебных занятий по физической культуре и спортивных тренировок в различных образовательных учреждениях, в сфере детско-юношеского спорта, при работе со спортсменами массовых разрядов, в рекреационной деятельности;
 - оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, адекватно выбирать средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей;
 - оценивать правильность и адекватность питания лиц, занимающихся физической культурой и спортом, давать рекомендации по оптимизации питания;
 - проводить профилактику травматизма во время занятий физической культурой и спортом путем неукоснительного соблюдения санитарно-гигиенических правил и норм.

Владеть:

- навыками просветительской работы по вопросам здоровья и здорового образа жизни;
- способами гигиенической оценки условий и организации проведения занятий по физической культуре, тренировок и соревнований;
- технологиями физиолого-гигиенического контроля состояния занимающихся;
- технологиями проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий с учетом гигиенических требований;
- методами и средствами сбора, обобщения и использования информации об уровне гигиенической культуры различных контингентов, занимающихся физической культурой и спортом.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «*Спортивная медицина*»

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП
Требования к предварительной подготовке обучающегося:
Для успешного освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися на дисциплинах: естественнонаучные основы физической культуры и спорта. Дисциплина обеспечивает изучение дисциплин: физиология, гигиенические основы физкультурно- спортивной деятельности, теории и методике физической культуры, теории и методики избранного вида спорта..
Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
Приступая к изучению дисциплины, студенты должны владеть знаниями о строении и механизмах функционирования организма человека, физиологических и биохимических основах двигательной активности, иметь знания в области теории, методике и организации занятий оздоровительной физической культурой и спортивных тренировок. Входные знаний, умения и компетенции, необходимые для изучения данной дисциплины, формируются в процессе изучения дисциплин «Анатомия человека», «Физиология

человека», «Биохимия человека». Используются и дополняются также знания, полученные при освоении ряда дисциплин, связанных с теорией и методикой физической культуры и базовых видов спорта.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
ПК-3	способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью	ПК.Б.-3.1. Объясняет классификацию, теоретические обоснования структуры личности, акцентуации характера, индивидуальные стили соревновательной деятельности в избранном виде спорта ПК.Б.3.2. Дифференцирует занимающихся в зависимости от уровня подготовленности, личностных особенностей ПК.Б.-3.3. Строит тренировочный процесс с учетом индивидуальных особенностей спортсменов	Знать: - основы законодательства Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; Уметь: - стратегически планировать деятельность по обеспечению и сопровождению подготовки спортивных сборных команд, спортсменов высокого класса и спортивного резерва; Владеть: - стратегического планирования, целеполагания и оценки эффективности спортивной подготовки.
ОПК-5	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-Б-5.1. Разъясняет в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений и использовании спортивного инвентаря ОПК-Б-5.2. Распознает признаки неотложных состояний и травматических повреждений, оказывает первую доврачебную помощь ОПК-Б-5.3. Обеспечивает безопасность проведения учебных и дополнительных занятий, массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий.	Знать: причины и признаки предпатологических и патологических состояний, заболеваний и травм, возникающих при занятиях спортом, меры их профилактики; Уметь: проводить профилактику травматизма во время занятий физической культурой и спортом путем неукоснительного соблюдения санитарно-гигиенических правил и норм; Владеть: способами гигиенической оценки условий и организации проведения занятий по физической культуре, тренировок и соревнований.

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

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет:
Очное 1,5 ЗЕТ, 54 академических часа.

Объём дисциплины	Всего часов
	для очной формы

Общая трудоемкость дисциплины	40
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) * (всего)	
Аудиторная работа (всего):	20
лекции	10
семинары, практические занятия	10
Внеаудиторная работа:	
консультация перед зачетом	
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др.	
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	20
Контроль самостоятельной работы	
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)	Зачет 4 ч.

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

5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

№ п/п	Раздел дисциплины	Всего в часах	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					Формы текущего контроля
			Аудиторные уч. занятия			Сам. р.	Планируемые результаты обучения	
			Лек	Пр.	Конт.			
1	Введение в курс «Спортивной медицины». Цель и задачи спортивной медицины; содержание, история и организация.	4	2			2	ПК-4 ОПК-5	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
2	Основы общей патологии. Понятие о здоровье и болезни.	4		2		2	ПК-4 ОПК-5	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Реферат Творческое задание
3	Морфофункциональная характеристика здорового человека	4	2			2	ПК-4 ОПК-5	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование
4	Основы общей патологии. Понятие о здоровье и болезни	4		2		2	ПК-4 ОПК-5	Устное изложение лекции преподавателем Эссе

							Опрос Тестирование
5	Инфекционные болезни человека	4	2			2	ПК-4 ОПК-5 Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование
6	Изменение опорно-двигательного аппарата спортсмена под воздействием систематических нагрузок	4		2		2	ПК-4 ОПК-5 Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование
7	Морфофункциональное состояние висцеральных систем организма спортсмена.	2	2				ПК-4 ОПК-5 Устное изложение лекции преподавателем Эссе Опрос Тестирование
8	Изменение сердечно-сосудистой системы под воздействием систематических физических нагрузок	4		2		2	ПК-4 ОПК-5 Устное изложение лекции преподавателем Эссе Письменные работы Тестирование
9	Функциональные пробы для оценки уровня функциональной готовности и физической работоспособности спортсмена	4	2			2	ПК-4 ОПК-5 Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
10	Неотложная помощь при острых патологических состояниях в спорте	4		2		2	ПК-4 ОПК-5 Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование
11	Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Диагностика, лечение и профилактика спортивных травм и заболеваний	2				2	ПК-4 ОПК-5 Устное изложение лекции преподавателем Эссе Опрос Тестирование
12	Восстановление и реабилитация после травм						ПК-4 ОПК-5 Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
	Всего	40	10	10		20	

5.2. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий

Учебным планом не предусмотрены

5.3. Примерная тематика курсовых работ

Учебным планом не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа и контроль успеваемости

В рамках указанного в учебном плане объема самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности:

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость	
	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	6
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	8	14
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа	8	14
Подготовка к текущему контролю	8	14
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	8	14
Решение задач,	8	14
Подготовка к промежуточной аттестации	8	14
Итого СРО	54	96

6. Образовательные технологии

При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения.

Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий.

Практические (семинарские занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

1. Обсуждение в группах

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождение истины или достижение лучшего взаимопонимания, Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

- задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5... 10 ошибок);

- вести алгоритм выработки общего мнения (решения);

- назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

2. Публичная презентация проекта

Презентация – самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

3. Дискуссия

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающейся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме, друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

7.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Компетенции	Зачтено			Не зачтено
	Высокий уровень (отлично) (86-100% баллов)	Средний уровень (хорошо) (71-85% баллов)	Низкий уровень (удовлетворительно) (56-70% баллов)	Ниже порогового уровня (неудовлетворительно) (до 55 % баллов)
ПК-3 Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью	ПК-3.1. Знает основы законодательства Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта	ПК-3.1. Знает основы законодательства Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта	ПК-3.1. Не достаточно знает основы законодательства Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта	ПК-3.1. Не знает основы законодательства Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта
	ПК-3.2. Умеет стратегически планировать деятельность по обеспечению и сопровождению подготовки спортивных сборных команд, спортсменов высокого класса и спортивного резерва	ПК-3.2. В целом умеет стратегически планировать деятельность по обеспечению и сопровождению подготовки спортивных сборных команд, спортсменов высокого класса и спортивного резерва	ПК-3.2. Не достаточно умеет стратегически планировать деятельность по обеспечению и сопровождению подготовки спортивных сборных команд, спортсменов высокого класса и спортивного резерва	ПК-3.2. Не умеет стратегически планировать деятельность по обеспечению и сопровождению подготовки спортивных сборных команд, спортсменов высокого класса и спортивного резерва
	ПК-3.3. Владеет навыками стратегического планирования, целеполагания и оценки эффективности спортивной подготовки.	ПК-3.3. Владеет навыками стратегического планирования, целеполагания и оценки эффективности спортивной подготовки.	ПК-3.3. В целом владеет навыками стратегического планирования, целеполагания и оценки эффективности спортивной подготовки.	ПК-3.3. Владеет навыками стратегического планирования, целеполагания и оценки эффективности спортивной подготовки.
ОПК-5 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику	ОПК-5.1. Знает причины и признаки предпатологических и патологических состояний, заболеваний и	ОПК-5.1. Знает причины и признаки предпатологических и патологических состояний, заболе-	ОПК-5.1. В целом знает причины и признаки предпатологических и патологических состоя-	ОПК-5.1. Не знает причины и признаки предпатологических и патологических состояний,

травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	травм, возникающих при занятиях спортом, меры их профилактики	ваний и травм, возникающих при занятиях спортом, меры их профилактики	ний, заболеваний и травм, возникающих при занятиях спортом, меры их профилактики	заболеваний и травм, возникающих при занятиях спортом, меры их профилактики
	ОПК-5.2. Умеет проводить профилактику травматизма во время занятий физической культурой и спортом путем неукоснительного соблюдения санитарно-гигиенических правил и норм	ОПК-5.2. Умеет проводить профилактику травматизма во время занятий физической культурой и спортом путем неукоснительного соблюдения санитарно-гигиенических правил и норм	ОПК-5.2. Не достаточно умеет проводить профилактику травматизма во время занятий физической культурой и спортом путем неукоснительного соблюдения санитарно-гигиенических правил и норм	ОПК-5.2. Не умеет проводить профилактику травматизма во время занятий физической культурой и спортом путем неукоснительного соблюдения санитарно-гигиенических правил и норм
		ОПК-5.3. Владеет способами гигиенической оценки условий и организации проведения занятий по физической культуре, тренировок и соревнований	ОПК-5.3. В целом владеет способами гигиенической оценки условий и организации проведения занятий по физической культуре, тренировок и соревнований	ОПК-5.3. Не владеет способами гигиенической оценки условий и организации проведения занятий по физической культуре, тренировок и соревнований

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:

Тематика рефератов

1. Значение и методика изучения физического развития и особенности телосложения спортсменов.
2. Исследование и оценка физического развития.
3. Значение и основные методы исследования сердечно-сосудистой системы у спортсменов.
4. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы.
5. Самоконтроль в массовой физической культуре и спорте.
6. Современные методы исследования и оценка уровня общей физической работоспособности.

7. Значение и методы исследования системы внешнего дыхания.
8. Значение и методика исследования нервной и нервно-мышечной систем.
9. Задачи, формы организации и методы исследования при проведении врачебно-педагогического наблюдения.
10. Методы определения специальной тренированности спортсменов и их оценка (методы повторных и дополнительных нагрузок при ВПН).
11. Значение исследования восстановительного периода после тренировочных занятий и соревнований.
12. Значение и особенности врачебных наблюдений за детьми, подростками, юношами и девушками.
13. Медицинский контроль за юными спортсменами.
14. Значение и особенности врачебных наблюдений за лицами среднего и пожилого возраста, занимающимися физической культурой и спортом.
15. Значение и особенности врачебных наблюдений за женщинами, занимающимися спортом.

Критерии оценки доклада, сообщения, реферата:

Отметка «отлично» за письменную работу, реферат, сообщение ставится, если изложенный в докладе материал:

- отличается глубиной и содержательностью, соответствует заявленной теме;
- четко структурирован, с выделением основных моментов;
- доклад сделан кратко, четко, с выделением основных данных;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы.

Отметка «хорошо» ставится, если изложенный в докладе материал:

- характеризуется достаточным содержательным уровнем, но отличается недостаточной структурированностью;
- доклад длинный, не вполне четкий;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы только после наводящих вопросов, или не на все вопросы.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если изложенный в докладе материал:

- недостаточно раскрыт, носит фрагментарный характер, слабо структурирован;
- докладчик слабо ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по теме доклада не были получены ответы или они не были правильными.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

- доклад не сделан;
- докладчик не ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по выполненной работе не были получены ответы или они не были правильными.

7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации (зачет)

1. Понятие «здоровье». Факторы, определяющие здоровье человека.
2. Понятие «болезнь». Биологическая сущность болезни.
3. Понятие об этиологии и патогенезе болезни.
4. Внешние и внутренние факторы болезни.
5. Стадии болезни.
6. Пути распространения болезненного процесса в организме человека.
7. Понятие о воспалении. Биологическое значение воспаления.
8. Фазы и признаки воспаления.
9. Понятие о гипертрофии и ее биологическое значение.
10. Виды гипертрофий. Причины возникновения. Краткая характеристика гипертрофических процессов у спортсменов

11. Понятие об атрофии. Причины возникновения.
12. Общие представления о дистрофии. Виды дистрофий.
13. Венозная гиперемия. Механизм развития. Признаки.
14. Артериальная гиперемия. Механизм развития. Признаки.
15. Ишемия. Механизм развития. Признаки.
16. Факторы, влияющие на реактивность.
17. Современные представления об иммунитете. Антитела и антигены.
18. Виды иммунитета.
19. Динамика иммунной реактивности в процессе занятий физической культурой и спортом
20. Общее понятие об иммунодефицитных состояниях.
21. Аллергия, понятие, виды, признаки.
22. Классификация аллергенов.
23. Изменения иммунной реактивности у спортсменов в тренировочном макроцикле.
24. Меры профилактики иммунодефицита у спортсменов
24. Факторы, определяющие физическое развитие.
25. Взаимосвязь двигательной активности с уровнем физического развития и здоровья человека.
26. Понятие о телосложении и конституции человека.
27. Типы телосложения. Их характеристика
28. Понятие о правильной осанке, виды нарушений осанки и их характеристика
29. Характеристика методов исследования физического развития: соматоскопия, и антропометрия.
30. Методика определения формы отдельных частей тела, формы грудной клетки, спины, живота.
31. Методика определения степени развития мышц и подкожно жировой клетчатки.
32. Оценка физического развития методом стандартов. Методика построения антропометрического профиля.
33. Оценка физического развития метод индексов. Преимущества и недостатки методов.
34. Неврологический анамнез. Показатели (полученные при опросе), характеризующие функциональное состояние нервной системы.
35. Методы исследования остроты слуха у спортсменов. Меры профилактики нарушения слуха у спортсменов
36. Методы исследования остроты зрения, цветного зрения и поля зрения.
37. Понятие об инструментальных методах исследования нервной системы (электро- и эхоэнцефалография, электромиография, тонометрия).
38. Изменение функционального состояния вегетативной нервной системы под влиянием регулярных занятий физической культурой и спортом.
39. Влияние физических нагрузок различной интенсивности на секреторную и моторную функции органов желудочно-кишечного тракта.
40. Факторы риска развития заболеваний органов пищеварения у спортсменов.
41. Общие представления о методах исследования органов желудочно-кишечного тракта.
42. Простейшие признаки состояния пищеварения.
43. Влияние физических нагрузок разного объема и интенсивности на функцию органов выделения.
44. Понятие о миогенном лейкоцитозе. Краткая характеристика стадий.
45. Влияние физической нагрузки функциональное состояние эндокринной системы.
46. Роль катехоламинов (адреналина и норадреналина) в обеспечении адаптивных реакций к физической нагрузке
47. Задачи тестирования в спортивной медицине.
48. Современные требования к функциональным тестам и условия тестирования.
49. Роль спортивной медицины в определении уровня тренированности
50. Основные принципы оказания первой помощи при травмах.
51. Основы профилактики спортивного травматизма
52. Ранения, виды, признаки.
53. Понятие об асептике и антисептике.
54. Правила обработки ран.
55. Виды кровотечений.
56. Признаки наружного кровотечения
57. Признаки внутреннего кровотечения.
58. Способы остановки кровотечений (механические, физические, химические, биологические).

59. Причины повреждения связок. Признаки частичного и полного разрыва связок. Первая помощь.
60. Причины повреждения сухожилий. Признаки частичного и полного разрыва сухожилий. Первая помощь.
61. Причины повреждения мышц. Признаки ушиба, надрыва и полного разрыва мышцы. Первая помощь
62. Правила транспортной иммобилизации при отдельных видах переломов (переломах конечностей, костей черепа, таза и позвоночника).
63. Повреждения органов брюшной полости. Причины и механизм повреждения. Основные признаки.
64. Травматический шок, механизм развития, стадии, первая помощь.
65. Закрытые черепно-мозговые травмы (сотрясение головного мозга, ушиб и сдавление). Причины возникновения. Основные признаки
66. Тепловой удар, причины возникновения, механизм развития, признаки. Первая помощь
67. Солнечный удар, условия возникновения, механизм развития, признаки. Первая помощь
68. Ожоги, степени ожогов, признаки. Первая помощь.
69. Переохлаждение, причины, стадия компенсации и декомпенсации, механизм развития, признаки. Первая помощь.

Вопросы для коллоквиумов, собеседования

1. Назовите основную цель и задачи спортивной медицины.
2. Каким образом определяют общую работоспособность?
3. От чего зависит специальная физическая работоспособность?
4. Что предусматривает врачебно-педагогический контроль?
5. Когда проводится первичное обследование спортсменов?
6. Как часто проводятся повторные обследования спортсменов?
7. Что такое соматоскопия?
8. Что подразумевается под термином «осанка»?
9. Каковы признаки нормальной физиологической осанки?
10. Охарактеризуйте астенический тип телосложения? Каковы его признаки?
11. Какими признаками характеризуются гиперстенический и нормостенический типы телосложения?
12. Что определяет становая сила и чем измеряется она?
13. От чего зависит состав массы тела человека?
14. На какие параметры обращают внимание при осмотре опорной поверхности стопы?
15. Перечислить формы грудной клетки человека.
16. Назвать несколько методов исследования и оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы у спортсменов.
17. Назвать функциональные пробы системы внешнего дыхания.
18. Для чего используются пробы Штанге и Ганчи?
19. Какой будет оценка ортостатической пробы у спортсменов при преобладании тонуса парасимпатического отдела единой нервной системы?
20. На чем основана проба Ромберга и какую функцию при ее помощи можно исследовать?

Критерии оценки устного ответа на вопросы

✓ 30 баллов - если ответ показывает глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретного вопроса, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой. Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и зна-

комство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.

✓ 20 - баллов - знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

✓ 10 баллов – фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий; стремление логически определенно и последовательно изложить ответ.

✓ 0 – незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

а) основная учебная литература

1. Белова, Л. В. Спортивная медицина: учебное пособие / Л. В. Белова. - Ставрополь: СКФУ, 2016. - 149 с. - URL: <https://e.lanbook.com/book/155305> (дата обращения: 05.06.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
2. Миллер, Л. Л. Спортивная медицина: учебное пособие / Л. Л. Миллер. - Москва: Человек, 2015. - 184 с. - ISBN 978-5-906131-47-8. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/915408> (дата обращения: 04.06.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
3. Ромашин, О. В. Некоторые неотложные состояния в практике спортивной медицины: учебное пособие / О. В. Ромашин, А. В. Смоленский, В. Ю. Преображенский; под редакцией К. В. Лядова. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург: Лань, 2019. - 132 с. - ISBN 978-5-8114-4565-3. - URL: <https://e.lanbook.com/book/125730> (дата обращения: 05.06.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
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. - URL: <https://e.lanbook.com/book/164524> (дата обращения: 05.06.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

б) дополнительная учебная литература

1. Бернштейн Н.А. Практические занятия по физиологии спорта. - М.: «Физкультура и спорт» - 2009.
2. Гандельсман А.Б. Нормальная физиология - М.: Высшая школа, 2009.
3. Дорохов Р.Н., Губа В.П. Спортивная морфология: Учебное пособие для высших и средних специальных заведений физической культуры. – М.: СпортАкадемПрогресс, 2002. – 236 с.
4. Дубровский В.И. Лечебная физкультура и врачебный контроль. - М.: ООО «Медицинское информационное агенство», 2006. – 598 с.
5. Дубровский В.И. Спортивная медицина / доп. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2012. – 528 с.
6. Коробков А.В. Нормальная физиология. - М.: Высшая школа, 2009.

7. Фарфель В.С. Коц. Я. М. Физиология человека «Физкультура и спорт», 2007.
8. Фомин Н.А. Физиология человека М.: Просвещение, 2009.

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

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, обобщений; выделение ключевых слов, терминов. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначение вопросы, терминов, материала, вызывающего трудности. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом
Контрольная работа/ индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Реферат	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Самостоятельная работа	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа. Изучение нового материала до его изложения на занятиях. Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников. Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа. Подготовка к текущему контролю, к промежуточной аттестации.
Подготовка к экзамену	При подготовке к экзамену необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

Методические рекомендации к организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «*Спортивная медицина*» предполагает более глубокую проработку ими отдельных тем курса, определенных программой. Основными видами и формами самостоятельной работы студентов по данной дисциплине являются:

- подготовка рефератов и докладов к практическим занятиям;
- самоподготовка по вопросам;
- подготовка к зачету.

Важной частью самостоятельной работы является чтение учебной литературы. Основная функция учебников - ориентировать студента в системе тех знаний, умений и навыков, которые должны быть усвоены по данной дисциплине будущими специалистами. В процессе изучения данной дисциплины учитывается посещаемость лекций, оцени-

вается активность студентов на практических занятиях, а также качество и своевременность подготовки теоретических материалов, исследовательских проектов и презентаций рефератов. По окончании изучения дисциплины проводится экзамен по предложенным вопросам и заданиям.

Вопросы, выносимые на экзамен, должны служить постоянными ориентирами при организации самостоятельной работы студента. Таким образом, усвоение учебного предмета в процессе самостоятельного изучения учебной и научной литературы является и подготовкой к экзамену, а сам экзамен становится формой проверки качества всего процесса учебной деятельности студента.

Студент, показавший высокий уровень владения знаниями, умениями и навыками по предложенному вопросу, считается успешно освоившим учебный курс. В случае большого количества затруднений при раскрытии предложенного на зачете вопроса студенту предлагается повторная сдача в установленном порядке.

Для успешного овладения курсом необходимо выполнять следующие требования:

- 1) посещать все занятия, т.к. весь тематический материал взаимосвязан между собой и теоретического овладения пропущенного недостаточно для качественного усвоения;
- 2) все рассматриваемые на практических занятиях темы обязательно конспектировать в отдельную тетрадь и сохранять её до окончания обучения в вузе;
- 3) обязательно выполнять все домашние задания;
- 4) проявлять активность на занятиях и при подготовке, т.к. конечный результат овладения содержанием дисциплины необходим, в первую очередь, самому студенту;
- 5) в случаях пропуска занятий, по каким-либо причинам, обязательно «отрабатывать» пропущенное занятие преподавателю во время индивидуальных консультаций.

Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

Целью изучения дисциплины является обеспечение общепрофессиональных и профессиональных компетенций будущих магистров экологов, которая заключается в умении оптимально использовать знания из области охраны окружающей среды, глобальной экологии для дальнейшего формирования представлений о важнейших экологических проблемах в сфере природопользования.

При подготовке студентов к практическим занятиям по курсу необходимо не только знакомить студентов с теориями и методами практики, но и стремиться отрабатывать на практике необходимые навыки и умения.

Практическое занятие - это активная форма учебного процесса в вузе, направленная на умение студентов переработать учебный текст, обобщить материал, развить критичность мышления, отработать практические навыки. В рамках курса «*Спортивная медицина*» применяются следующие виды практических занятий: семинар-конференция (студенты выступают с докладами по теме рефератов, которые тут же и обсуждаются), обсуждение отдельных вопросов на основе обобщения материала.

Практические занятия предназначены для усвоения материала через систему основных экологических понятий. Они включают обсуждение отдельных вопросов, разбор трудных понятий и их сравнение. Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у студента умения к самоорганизации для выполнения предложенных домашних заданий. При этом *алгоритм подготовки будет следующим:*

- 1 этап - поиск в литературе теоретической информации на предложенные преподавателем темы;
- 2 этап - осмысление полученной информации, освоение терминов и понятий;
- 3 этап - составление плана ответа на конкретные вопросы (конспект по теоретическим вопросам к практическому занятию, не менее трех источников для подготовки, в конспекте должны быть ссылки на источники).

Важнейшие требования к выступлениям студентов - самостоятельность в подборе

фактического материала и аналитическом отношении к нему, умение рассматривать примеры и факты во взаимосвязи и взаимообусловленности, отбирать наиболее существенные из них. Доклад является формой работы, при которой студент самостоятельно готовит сообщение на заданную тему и далее на семинарском занятии выступает с этим сообщением.

При подготовке к докладам необходимо:

- подготовить сообщение, включающее сравнение точек зрения различных авторов;
- сообщение должно содержать анализ точек зрения, изложение собственного мнения или опыта по данному вопросу, примеры;
- вопросы к аудитории, позволяющие оценить степень усвоения материала;
- выделение основных мыслей, так чтобы остальные студенты могли конспектировать сообщение в процессе изложения. Доклад (сообщение) иллюстрируется конкретными примерами из практики.

10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

10.1. Общесистемные требования

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) Университета из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории Университета, так и вне ее.

Функционирование ЭИОС обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование ЭИОС соответствует законодательству Российской Федерации.

Адрес официального сайта университета: <http://kchgu.ru>.

Адрес размещения ЭИОС ФГБОУ ВО «КЧГУ»: <https://do.kchgu.ru>.

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2025-2026 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 249 эбс от 14.05.2025 г. Электронный адрес: https://znanium.com	от 14.05.2025 г. до 14.05.2026 г.
2025-2026 учебный год	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 10 от 11.02.2025 г. Электронный адрес: https://e.lanbook.com	от 11.02.2025 г. до 11.02.2026 г.
2025-2026 учебный год	Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1. Электронный адрес: http://lib.kchgu.ru	Бессрочный
2025-2026 учебный год	Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/1391-п от 22.02.2023 г.	Бессрочный

	Электронный адрес: http://rusneb.ru	
2025-2026 учебный год	<p>Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение №15646 от 21.10.2016 г.</p> <p>Электронный адрес: http://elibrary.ru</p>	Бессрочный
2025-2026 учебный год	<p>Электронный ресурс Polpred.com Обзор СМИ.</p> <p>Соглашение. Бесплатно.</p> <p>Электронный адрес: http://polpred.com</p>	Бессрочный

10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Занятия проводятся в учебных аудиториях, предназначенных для проведения занятий лекционного и практического типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации в соответствии с расписанием занятий по образовательной программе. С описанием оснащённости аудиторий можно ознакомиться на сайте университета, в разделе материально-технического обеспечения и оснащённости образовательного процесса по адресу: <https://kchgu.ru/sveden/objects/>

10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

- MicrosoftWindows (Лицензия № 60290784), бессрочная;
- MicrosoftOffice (Лицензия № 60127446), бессрочная;
- ABBY FineReader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная;
- CalculateLinux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная;
- Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная;
- Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 280E-210210-093403-420-2061), с 25.01.2023 г. по 03.03.2025 г.;
- Kaspersky Endpoint Security. Договор №0379400000325000001/1 от 28.02.2025 г. Срок действия лицензии с 27.02.2025 г. по 07.03.2027 г.

10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Федеральный портал «Российское образование» - <https://edu.ru/documents/>
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru/>
3. Базы данных Scopus издательства Elsevir <http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - <http://fgosvo.ru>.
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – <http://edu.ru>.
6. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru>.
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – <http://window/edu.ru>.

11. Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья

В ФГБОУ ВО «Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева» созданы условия для получения высшего образования по образовательным программам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Специальные условия для получения образования по ОПВО обучающимися с ограниченными возможностями здоровья определены «[Положением об обучении лиц с ОВЗ в КЧГУ](#)», размещенным на сайте Университета по адресу: <http://kchgu.ru>.

12. Лист регистрации изменений

В рабочей программе внесены следующие изменения:

Изменение	Дата и номер протокола ученого совета факультета/ института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений в ОПВО	Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения в ОПВО

Прошито, пронумеровано и
Скреплено печатью 21 л.
М.Д. Батчаева

« 12 » _____ 2025г.

