

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

Институт биологии и биомедицины

УТВЕРЖДЕНО
решением УС ННГУ
протокол от
«03» июня 2020 г. № 6

УТВЕРЖДЕНО
решением президиума УС ННГУ
протокол от
«20» апреля 2021 г. № 1

Рабочая программа дисциплины

Основы спортивной медицины

Уровень высшего образования
Специалитет

Направление подготовки / специальность
31.05.01 - Лечебное дело

Направленность образовательной программы

Форма обучения
очная

г. Нижний Новгород

2020

1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Основы спортивной медицины» относится к вариативной части Блока 1 «Дисциплины, модули» Б1.В.ДВ.03.02 ОПОП по специальности 31.05.01 Лечебное дело. Дисциплина преподаётся в 10 семестре.

Целями освоения дисциплины «Основы спортивной медицины» является развитие у студентов личностных качеств, а также формирование профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО.

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

Формируемые компетенции (код компетенции, уровень освоения – при наличии в карте компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций
ПК-14: готовность к определению необходимости применения природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации и санаторно-курортном лечении	Знать: методы определения необходимости применения природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации и санаторно-курортном лечении Уметь: определять необходимость применения природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации и санаторно-курортном лечении Владеть: навыками определения необходимости применения природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации и санаторно-курортном лечении
ПК-15: готовность к обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующих сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний	Знать: основные понятия, приемы и методы в обучения населения основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера и навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующих сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний Уметь: применять различные приемы и методы в обучения населения основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера и навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующих сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний Владеть: навыками обучения населения основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера и навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующих сохранению и укреплению здоровья, профилактике

	заболеваний
ПК-16: готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни	<p>Знать: основные понятия, приемы и методы, используемые в просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни</p> <p>Уметь: применять различные приемы и методы просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни</p> <p>Владеть: приемами и методами просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни</p>

3. Структура и содержание дисциплины

Объем дисциплины для очной формы обучения составляет 2 зачетные единицы, всего 72 часов, из которых 37 часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (8 часов занятия лекционного типа, 28 часов занятия семинарского типа, 1 час мероприятия промежуточной аттестации), 35 часов составляет самостоятельная работа обучающегося.

Таблица 2

Содержание дисциплины (модуля)

Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины (модуля), форма промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)	Всего (часы)	В том числе					
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы					Самостоятельная работа обучающегося, часы
		из них					
	Занятия лекционного	Занятия семинарского	Занятия практического	Контроль самостоятельно й работы	Всего		
Очная	Очная	Очная	Очная	Очная	Очная	Очная	
Раздел 1. Организационные и медико-биологические основы спортивной медицины	23	2		10		12	11
Раздел 2. Морфофункциональное состояние организма спортсмена и методы его оценки	25	4		10		14	11
Раздел 3. Врачебно-педагогический контроль в спортивной медицине	23	2		8		10	13
КСР	1				1	1	
Промежуточная аттестация – зачёт							
Итого	72	8		28	1	37	35

Практические занятия организуются, в том числе в форме практической подготовки, которая предусматривает участие обучающихся в выполнении отдельных элементов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

Практическая подготовка предусматривает: *(указать, каким образом и в каких формах организована – выполнение проекта, решение прикладной задачи кейса, деловой игры, тренингов, работа на симуляторе – по профилю профессиональной деятельности и направленности образовательной программы).*

На проведение практических занятий (семинарских занятий /лабораторных работ) в форме практической подготовки отводится 30 часов.

Практическая подготовка направлена на формирование и развитие:

- практических навыков в соответствии с профилем ОПОП:

- предупреждение возникновения заболеваний среди населения путем проведения профилактических и противоэпидемических мероприятий;
- проведение профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения;
- проведение сбора и медико-статистического анализа информации о показателях здоровья населения различных возрастно-половых групп, характеризующих состояние их здоровья;
- диагностика заболеваний и патологических состояний пациентов;
- диагностика неотложных состояний;
- диагностика беременности;
- проведение экспертизы временной нетрудоспособности и участие в иных видах медицинской экспертизы;
- оказание первичной врачебной медико-санитарной помощи в амбулаторных условиях и условиях дневного стационара;
- оказание первичной врачебной медико-санитарной помощи при внезапных острых заболеваниях, состояниях, обострении хронических заболеваний, не сопровождающихся угрозой жизни пациента и не требующих экстренной медицинской помощи;
- участие в оказании скорой медицинской помощи при состояниях, требующих срочного медицинского вмешательства;
- оказание медицинской помощи при чрезвычайных ситуациях, в том числе участие в медицинской эвакуации;
- участие в проведении медицинской реабилитации и санаторно-курортного лечения;
- формирование у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих;
- обучение пациентов основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, способствующим профилактике возникновения заболеваний и укреплению здоровья.
- применение основных принципов организации оказания медицинской помощи в медицинских организациях и их структурных подразделениях;
- создание в медицинских организациях благоприятных условий для пребывания пациентов и трудовой деятельности медицинского персонала;
- ведение медицинской документации в медицинских организациях;
- организация проведения медицинской экспертизы;
- участие в организации оценки качества оказания медицинской помощи пациентам;
- соблюдение основных требований информационной безопасности;
- анализ научной литературы и официальных статистических обзоров, участие в проведении статистического анализа и публичное представление полученных результатов;
- участие в решении отдельных научно-исследовательских и научно-прикладных задач в области здравоохранения по диагностике, лечению, медицинской реабилитации и

профилактике.

- компетенций:

ПК-14: готовность к определению необходимости применения природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации и санаторно-курортном лечении.

ПК-15: готовность к обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующих сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний

ПК-16: готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни

Тематическое содержание разделов дисциплины, для оценки сформированности навыков компетенций ПК-14, ПК-15, ПК-16:

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. Врачебно-педагогический контроль в спортивной медицине

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

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

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

Текущая аттестация обучающихся производится по результатам работы на семинарских и практических занятиях, оформления истории болезни.

Промежуточная аттестация по дисциплине проходит в форме зачета по результатам практических и семинарских занятий.

4. Образовательные технологии

Занятия проводятся по сценариям, предусматривающим лекционный формат, в том числе активные лекции, с использованием мультимедийных средств, лекции-беседы. На

занятиях семинарского типа – беседы, дискуссии, решение проблемных задач, поисковые задачи, разбор клинических случаев историй болезни.

5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Предусмотрены следующие виды самостоятельной работы студентов:

- самостоятельное изучение литературы (учебников, справочных материалов, специальных источников, монографий, статей из периодических изданий и т.п.), необходимой для освоения теоретических вопросов, подготовки к текущему контролю в форме устного опроса и тестирования. Вопросы для самостоятельной работы могут быть включенные в планы лекций, лабораторных занятий, так и вынесенные целиком на самостоятельное изучение студента;

- подготовка докладов и инициативных рефератов, опорных конспектов;
- выполнение письменных домашних заданий;
- решение ситуационных задач;
- написание контрольных работ

Текущий контроль самостоятельной работы студентов проводится на занятиях семинарского типа и консультациях в форме собеседования, тестирования; оценки опорных конспектов, докладов и презентаций решения ситуационных задач и заданий.

Вопросы к зачёту, для оценки сформированности навыков компетенций ПК-14, ПК-15, ПК-16:

1. 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.
2. Понятие здоровья и нормы. Значение здоровья в спорте. Факторы, определяющие здоровье человека.
3. Понятие предболезни, болезни, патологической реакции, патологического процесса и патологического состояния. Биологическая сущность болезни. Этиология и патогенез. Исходы болезни. Роль наследственности в патологии.
4. Реактивность организма (общая и иммунологическая). Современные представления об иммунитете. Изменения иммунной реакции у спортсменов в тренировочном макроцикле.
5. Типовые патологические процессы. Гипертрофические процессы в организме спортсмена.
6. Понятие физического развития, телосложения, конституции и соматотипа. Классификация и характеристика конституционных типов..
7. Понятие о правильной осанке, виды нарушения осанки их характеристика. Методы оценки состояния стопы. Дефекты осанки и формы стопы – противопоказания к занятиям некоторыми видами спорта.
8. Методы исследования и оценки физического развития.
9. Особенности функционального состояния аппарата внешнего дыхания у спортсменов. Исследование функционального состояния дыхательной системы. Функциональные пробы системы внешнего дыхания.
10. Функциональные особенности сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Понятие о «спортивном» сердце. Физиологическое и патологическое спортивное сердце. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы.
11. Типы реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы. Прессорные пробы. Проба Серкина.
12. Влияние занятий спортом на функциональное состояние нервной системы. Наиболее частые причины нарушения функционального состояния ЦНС. Исследование функционального состояния

нервной системы и анализаторов у спортсменов.

13. Влияние занятий спортом на функциональное состояние ВНС. Исследование функционального состояния вегетативной нервной системы у спортсменов. Клинические характеристики функционального состояния ВНС.

14. Кожно-вегетативные рефлексы. Вегетативный индекс Кердо. Пробы с изменением положения тела в пространстве - ортостатическая проба, клиноростатическая проба.

15. Влияние занятий спортом на вестибулярный анализатор. Простейшие методы определения функционального состояния вестибулярного аппарата (проба Ромберга, пальценосовая проба, коленно-пяточная проба, проба Яроцкого и вращательные пробы).

16. Исследование двигательного анализатора. Теппинг-тест. Исследование кинестетической и проприоцептивной чувствительности.

17. Исследование и оценка амплитуды движений в суставах конечностей и гибкости позвоночника.

18. 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.

22. Гарвардский степ тест, методика проведения, оценка результатов, нормативные величины. Проба Мартинэ. Методика проведения и оценка результатов.

23. Определение физической работоспособности по тестированию на велоэргометре и тредбане.

24. Определение физической работоспособности по пробе PWC₁₇₀.

25. Тест Новакки. Методика проведения, способ дозирования физической нагрузки, оценка результатов тестирования. Оценка функциональных возможностей кардиореспираторной системы с помощью определения максимального потребления кислорода.

26. Понятие о тренированности. Составляющие комплексного понятия тренированности. Виды тренированности. Методы оценки. Понятие функциональной подготовленности.

27. Особенности врачебно-педагогического контроля за детьми и подростками, лицами пожилого возраста, занимающимися физкультурой и спортом, женщинами-спортсменками.

28. Врачебно-педагогический контроль за инвалидами, занимающимися физкультурой и спортом.

29. Виды, содержание, задачи и время проведения врачебных обследований спортсменов. Самоконтроль при занятиях физкультурой и спортом.

30. Принципы организации медицинского обеспечения спортивных соревнований.

31. Неотложные состояния в спортивной медицине. Первая помощь.

32. Спортивная травма. Понятие, причины, классификация, профилактика.

33. Понятие об асептике и антисептике: антисептические средства, методика их использования.

34. Виды кровотечений, признаки различных видов кровотечения. Способы остановки различных видов кровотечения.

35. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

36. Травмы опорно-двигательного аппарата. Первая помощь. Правила переноски и транспортировки пострадавших.

37. Перетренированность, перенапряжение при занятиях физкультурой и спортом. Понятие, причины, профилактика.

38. Утомление, переутомление при занятиях физкультурой и спортом. Понятие, причины, профилактика.

39. Восстановление спортивной работоспособности. Общие принципы управления процессами восстановления. Фазы восстановительных процессов.
40. Основные и вспомогательные средства ускорения восстановительных процессов. Продукты повышенной биологической ценности, их роль в ускорении процессов восстановления.
41. Антидопинговый контроль в спорте, группы допинговых препаратов, процедура проведения антидопингового контроля.
42. Фармакологические средства, ускоряющие восстановление и повышающие спортивную работоспособность, их краткая характеристика и требования к ним.

Темы рефератов, для оценки сформированности навыков компетенций

ПК-14, ПК-15, ПК-16:

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 врачебно-педагогического контроля за лицами пожилого возраста, занимающимися физкультурой и спортом.
15. Особенности проведения врачебно-педагогического контроля за женщинами, занимающимися физкультурой и спортом.
16. Особенности проведения врачебно-педагогического контроля за детьми и подростками, занимающимися физкультурой и спортом.
17. Особенности проведения врачебно-педагогического 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.

6. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине (модулю), включающий:

6.1 Перечень компетенций выпускников образовательной программы с указанием результатов обучения (знаний, умений, владений), характеризующих этапы их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования

КОМПЕТЕНЦИЯ ПК-14 - готовность к определению необходимости применения природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации и санаторно-курортном лечении

Индикаторы компетенции	Критерии оценивания						
	Не зачтено		зачтено				
	«плохо»	«неудовлетворительно»	«удовлетворительно»	«хорошо»	«очень хорошо»	«отлично»	«превосходно»
Знать: методы определения необходимости применения природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации и санаторно-курортном лечении	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможно 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, без ошибок	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки
Уметь: определять необходимость применения природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации и	Отсутствие минимальных умений. Невозможно оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продемонстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов

санаторно - курортно м лечении							
Владеть: навыками определения необходимости применения природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации и санаторно - курортно м лечении	Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов	Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов	Продемонстрированы творческий подход к решению нестандартных задач
Шкала оценок по проценту правильно выполненных заданий	0-20%	21-50%	51-70%	71-80%	81-90%	91-99%	100%

КОМПЕТЕНЦИЯ ПК-15 - готовность к обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующих сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний

Индикаторы компетенции	Критерии оценивания						
	Не зачтено		зачтено				
	«плохо»	«неудовлетворительно»	«удовлетворительно»	«хорошо»	«очень хорошо»	«отлично»	«превосходно»
Знать: основные понятия, приемы и методы в обучения населения	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки,	Уровень знаний в объеме, превышающем программу

основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера и навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующих сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний	знаний вследствие отказа обучающегося от ответа	место грубые ошибки	много негрубых ошибки	Допущено несколько негрубых ошибок	Допущено несколько несущественных ошибок	без ошибок	подготовки
Уметь: применять различные приемы и методы в обучении населения основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера и навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующих сохранению и укреплению здоровья, профилактике	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

заболеваний							
Владеть: навыками и обучения населения основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера и навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующих сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний	Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonstrированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonstrированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов	Продemonstrированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов	Продemonстрирован творческий подход к решению нестандартных задач
Шкала оценок по проценту правильно выполненных заданий	0-20%	21-50%	51-70%	71-80%	81-90%	91-99%	100%

КОМПЕТЕНЦИЯ ПК-16 - готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни

Индикаторы компетенции	Критерии оценивания						
	Не зачтено		Зачтено				
	«плохо»	«неудовлетворительно»	«удовлетворительно»	«хорошо»	«очень хорошо»	«отлично»	«превосходно»
Знать: основные понятия, приемы и методы, используемые в просветительской деятельности по	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося	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, без ошибок	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки

устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни	я от ответа						
Уметь: применять различные приемы и методы просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни	Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми и ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продемонстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов
Владеть: приемами и методами просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни	Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов	Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов	Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач
Шкала оценок по проценту правильно выполненных заданий	0-20%	21-50%	51-70%	71-80%	81-90%	91-99%	100%

6.2 Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине «Основы спортивной медицины»

Промежуточный контроль качества усвоения студентами содержания дисциплины проводится в виде зачета, на котором определяется:

- уровень усвоения студентами основного учебного материала по дисциплине;
- уровень понимания студентами изученного материала;
- способности студентов использовать полученные знания для решения конкретных задач.

Промежуточная аттестация проходит в форме зачёта. Список контрольных вопросов формирует преподаватель. Оценивается уровень знаний, умений и владений в рамках заявленных компетенций. Используется **шкала оценивания «зачёт-незачёт»**:

- «зачтено» – студент владеет и умеет использовать теоретические и практические знания по предмету, способен на их основе формулировать выводы и приводить аргументы, теоретическое содержание дисциплины освоено полностью, без пробелов, необходимые практические умения работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные рабочей программой дисциплины учебные задания выполнены; уровень сформированности компетенций (частей компетенций), относящихся к данной дисциплине - минимально необходимый для достижения основных целей обучения и выше.

- «не зачтено» – студент не способен ориентироваться в учебном материале по предмету, теоретическое содержание дисциплины освоено частично, необходимые практические умения работы не сформированы, большинство предусмотренных рабочей программой дисциплины учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено минимальным числом баллов; уровень сформированности компетенций (частей компетенций), относящихся к данной дисциплине – недостаточный для достижения основных целей обучения.

Критерии оценки тестового контроля:

Тестовые задания считаются выполненными при наличии не менее 56 процентов правильных ответов на тестовые задания. При неудовлетворительном результате тестирования обучающийся допускается к следующему этапу с условием обязательного проведения повторного тестового контроля. Результаты тестирования оцениваются как «сдано», «не сдано».

Критерии оценки решения практических заданий (задач):

Ситуационные задачи используются для оценки способности применять полученные знания на практике. Решение ситуационных задач оценивается по **шкале «зачёт-незачёт»**:

- Незачет – допущены серьезные ошибки логического и фактического характера, выводы отсутствуют;
- Зачет – задание выполнено с несколькими незначительными ошибками логического или фактического характера отчасти или без ошибок, сделаны правильные выводы.

Критерии оценки реферата:

Оценка «превосходно» - структура и содержание реферата полностью соответствует требованиям, использовано не менее 15 современных дополнительных литературных источников, включая иностранные, отражены общемировые тенденции развития данной области клинической медицины и /или фундаментальной науки за последние 3 года, обсуждены дискуссионные вопросы, проведен анализ имеющихся гипотез и теорий; проведен полный сравнительный анализ и синтез материала, сделаны собственные выводы и рекомендации;

- оценка «отлично» - структура и содержание реферата полностью соответствует требованиям, использовано не менее 10 современных дополнительных литературных

источников; проведен полный сравнительный анализ и синтез материала, сделаны собственные выводы и рекомендации;

- оценка «очень хорошо» - структура и содержание реферата полностью соответствует требованиям, использовано не менее 9 современных дополнительных литературных источников; проведен полный сравнительный анализ и синтез материала, сделаны собственные выводы и рекомендации; имеются незначительные погрешности в изложении материала, использованная дополнительная литература не в полном объеме отражает современные тенденции развития данной области знаний

- оценка «хорошо» - структура реферата соответствует установленным требованиям, использовано не менее 7-8 современных дополнительных литературных источников, сравнительный анализ неполный, сделаны собственные выводы;

- оценка «удовлетворительно» - нарушение структуры построения реферата, содержание неполное, использовано менее 5 дополнительных литературных источников, отсутствуют самостоятельный анализ и синтез материала, собственные выводы;

- оценка «неудовлетворительно» - нарушена структура, содержание не соответствует требованиям, использованы только учебная литература, отсутствуют анализ, синтез материала, выводы.

- оценка «плохо» - отсутствует структура, содержание не соответствует требованиям, список использованной литературы отсутствует, не проведен анализ, отсутствуют выводы

Критерии оценивания при устном опросе

Устный опрос проводится для оценки знаний студентами теоретического материала; способности логически верно и аргументировано излагать материал; умения анализировать факты и проблемные аспекты по теме. Применяется шкала «зачтено-незачтено»:

- «зачтено» – если студент демонстрирует знание материала по разделу, основанные на знакомстве с обязательной литературой и современными публикациями; дает логичные, аргументированные ответы на поставленные вопросы. Оценка «зачтено» ставится и в том случае, если студентом допущены незначительные неточности в ответах.

- «не зачтено» – имеются существенные пробелы в знании основного материала по разделу, а также допущены принципиальные ошибки при изложении материала.

6.3. Критерии и процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине, характеризующих этапы формирования компетенций.

Для оценивания результатов обучения в виде знаний используются следующие процедуры и технологии:

- тестирование;
- ответы на зачете

Для оценивания результатов обучения в виде умений и владений используются практические контрольные задания.

- рефераты;
- задачи, установление последовательности (описать алгоритм выполнения действия)

6.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций и (или) для итогового контроля сформированности компетенции.

Типовые тестовые задания, для оценки сформированности навыков компетенций ПК-14, ПК-15, ПК-16:

Выберите один наиболее правильный ответ

1. Спортивная медицина - это наука, которая изучает

1. влияние занятий спортом на организм спортсмена.
2. влияние занятий физической культурой на организм человека.
3. здоровье, физическое развитие и функциональные возможности человека в связи с занятиями спортом и физической культурой.
4. влияние гиподинамии на организм здорового человека.
5. 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.

3. Здоровье человека это

1. состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических недостатков.
2. отсутствие болезни или физических недостатков.
3. функциональный оптимум, в пределах которого организм функционирует наиболее эффективно применительно к конкретным условиям.
4. 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:

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

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

1. опорно-двигательного аппарата.
2. ССС.
3. вестибулярного аппарата.
4. дыхательной системы.
5. 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

1. ушибы.
2. вывихи.
3. разрывы мышц и сухожилий.
4. растяжения мышц.

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

1. возвращения работоспособности до исходного уровня.
2. повышение работоспособности над исходным уровнем.
3. снижение работоспособности по сравнению с исходным уровнем.
4. состояние абсолютного покоя.
5. привлечение активного отдыха.

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

1. На 1 вдох – 5 надавливаний.
2. На 2 вдоха – 15 надавливаний.
3. На 1 вдох – 10 надавливаний.
4. На 2 вдоха – 5 надавливаний.

**Типовые задачи, для оценки сформированности навыков компетенций
ПК-14, ПК-15, ПК-16:**

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?

2. 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?

3. 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
4. У спортсмена при прохождении углубленного медицинского обследования выявлено наличие очага хронической инфекции.

Задание

- Можно ли спортсмену продолжать тренировочную деятельность в этом случае. Ответ обоснуйте.

5. 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.

6. 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.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) Основная литература

1. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : национальное руководство/ Под ред. С.П. Миронова, Б.А. Поляева, Г.А. Макаровой - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2012. - (Серия "Национальные руководства"). - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970422328.html>
2. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учебное пособие / Миллер Л.Л. - М. : Человек, 2015. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906131478.html>

б) Дополнительная литература

1. Элементы контроля за состоянием занимающихся адаптивной физической культурой: Методические рекомендации для студентов [Электронный ресурс] / Киреев Ю.В. - М. : Прометей, 2011. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785426300668.html>
2. Спортивная медицина. Справочник для врачей и тренеров [Электронный ресурс] / Перевод с английского А. Гнетовой, Л. Потанич, М. Прокопьевой. ; Оформление Е. Пермякова. - Издание 3-е, дополненное и исправленное. - М. : Человек, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906131102.html>
3. Диагностика в клинической и спортивной медицине [Электронный ресурс] : Справочник / Дёшин Р.Г. - М. : Спорт, 2016. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839220.html>

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

ЭБС «Юрайт». Режим доступа: <http://biblio-online.ru>.

ЭБС «Консультант студента». Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru>.

ЭБС «Лань». Режим доступа: <http://e.lanbook.com/>.

ЭБС «Znanium.com». Режим доступа: www.znanium.com.

Лицензионное ПО (операционная система Microsoft Windows, пакет прикладных программ Microsoft Office) и свободно распространяемое программное обеспечение.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованных учебной мебелью и техническими средствами обучения (3-х элементная доска, экран, проектор и переносное мультимедийное оборудование (ноутбук)). Помещение для самостоятельной работы обучающихся, оснащенное комплектом мебели, демонстрационным оборудованием (экран, проектор), персональным компьютером с выходом в интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ННГУ.

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

Автор(ы): Щуров Сергей Владимирович.

Заведующий кафедрой: Григорьева Наталья Юрьевна, доктор медицинских наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии Института биологии и биомедицины от 24 февраля 2021 года, протокол № 4.