

**Приложение 1 к РПД Спортивная медицина  
49.03.01 Физическая культура  
Направленность (профиль) Тренер, инструктор-методист  
Форма обучения – заочная  
Год набора - 2021**

**ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ  
АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**1. Общие сведения**

1.	Кафедра	Физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности
2.	Направление подготовки	49.03.01 Физическая культура
3.	Направленность (профиль)	Тренер, инструктор-методист
4.	Дисциплина (модуль)	Спортивная медицина
5.	Форма обучения	заочная
6.	Год набора	2021

**2. Перечень компетенций**

<p>– ПК-1. Способен проводить тренировочный процесс и руководить состязательной деятельностью спортсменов на всех этапах подготовки по избранному виду спорта;</p> <p>– ПК-2 Способен осуществлять организационно-методическое и консультационное обеспечение по дополнительным общеобразовательным программам.</p>
---

### 3. Критерии и показатели оценивания компетенций на различных этапах их формирования

	Этап формирования компетенции (разделы, темы дисциплины)	Формируемая компетенция	Критерии и показатели оценивания компетенций			Формы контроля сформированности компетенций
			Знать:	Уметь:	Владеть:	
1.	Морфофункциональные особенности организма спортсмена	ПК-1 ПК-2	теоретические основы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в тренировочном процессе	применять современные методы и технологии обучения и диагностики при формировании тренировочного процесса	знаниями и навыками, необходимыми для обучения двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств занимающихся	Рубежный контроль (тест). Презентация. Экзамен.
2.	Функциональные пробы для оценки уровня функциональной готовности к физической работоспособности спортсмена	ПК-1 ПК-2	физиологию функциональной готовности и работоспособности спортсменов в период соревнований и тренировок	проводить анализ результатов врачебно-педагогических наблюдений за спортсменами в период тренировок	современными методами и технологиями обучения и диагностики в период соревнования и тренировок спортсменов	Выступление на семинаре. Рубежный контроль (тест). Составление кроссворда. Презентация. Экзамен.
3.	Морфофункциональные особенности женского организма	ПК-1 ПК-2	физиологию тренированности спортсмена в период соревнований и тренировок	диагностировать состояния утомления и перенапряжения при занятиях физическими упражнениями в период соревнований и тренировок	современными методами и технологиями обучения и диагностики в период соревнований и	Выполнение практической работы. Выступление на семинаре. Рубежный контроль

					тренировок	(тест). Экзамен.
4.	Травматизм в спорте	ПК-1 ПК-2	функциональные и морфологические основы повышения жизнеспособности организма спортсмена в период соревнований и тренировок	обеспечивать охрану жизни и здоровья спортсмена в период соревнований и тренировок	навыками оказания первой помощи спортсменам в период соревнований и тренировок	Выполнение практической работы. Рубежный контроль (тест). Зачет.

#### 4. Критерии и шкалы оценивания

##### 4.1. Критерии оценки выполнения практической работы

Баллы	Характеристики ответа студента
15-11	<ul style="list-style-type: none"><li>- глубоко и всесторонне раскрывает вопрос;</li><li>- логично, последовательно и грамотно его излагает;</li><li>- опирается на основную и дополнительную литературу;</li><li>- делает выводы и обобщения</li></ul>
10-6	<ul style="list-style-type: none"><li>- грамотно и по существу излагает вопрос, опираясь на знания основной литературы;</li><li>- не допускает существенных неточностей;</li><li>- делает выводы и обобщения</li></ul>
5-3	<ul style="list-style-type: none"><li>- вопрос раскрыт недостаточно четко и полно;</li><li>- допускает несущественные ошибки и неточности;</li><li>- затрудняется в формулировании выводов и обобщений</li></ul>
2-1	<ul style="list-style-type: none"><li>- допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении вопроса;</li><li>- не формулирует выводы и обобщения;</li></ul>
0	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент не выполнил практическую работу</li></ul>

##### 4.2. Критерии оценки выступления студентов на семинарах

Баллы	Характеристики ответа студента
5-4	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы;</li><li>- не допускает существенных неточностей;</li><li>- увязывает усвоенные знания с практической деятельностью;</li><li>- аргументирует научные положения;</li><li>- делает выводы и обобщения;</li><li>- владеет системой основных понятий</li></ul>
3-2	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент не усвоил значительной части проблемы;</li><li>- допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее;</li><li>- испытывает трудности в практическом применении знаний;</li><li>- не может аргументировать научные положения;</li><li>- не формулирует выводов и обобщений;</li><li>- частично владеет системой понятий</li></ul>
1-0	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент не усвоил проблему;</li><li>- представил лишь отдельные факты, не связанные между собой;</li><li>- испытывает трудности в практическом применении знаний;</li><li>- затрудняется представить научные положения;</li><li>- не формулирует выводов и обобщений;</li><li>- не владеет понятийным аппаратом.</li></ul>

**4.3. Критерии оценки рубежного контроля (теста):** каждый правильный ответ оценивается в 1 балл

##### 4.4. Критерии оценки презентации

<i>Структура презентации</i>	<b>Максимальное количество баллов</b>
<b>Содержание</b>	
Информация изложена полно и четко	2
Иллюстрации усиливают эффект восприятия текстовой части информации	2
<b>Оформление презентации</b>	
Единый стиль оформления	1
<b>Максимальное количество баллов</b>	<b>5</b>

**4.5. Критерии оценки кроссворда** (кроссворд должен состоять не менее, чем из 10 вопросов). Каждый вопрос – 0,5 балла.

**4.6. Критерии оценки на экзамене** (в билете 2 вопроса). Каждый вопрос – 20 баллов.

<b>Баллы</b>	<b>Характеристики ответа студента</b>
20	<ul style="list-style-type: none"> <li>- студент глубоко и всесторонне усвоил проблему;</li> <li>- уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает;</li> <li>- опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно привязывает усвоенные научные положения с практической деятельностью;</li> <li>- умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи;</li> <li>- делает выводы и обобщения;</li> <li>- свободно владеет понятиями</li> </ul>
15	<ul style="list-style-type: none"> <li>- студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы;</li> <li>- не допускает существенных неточностей;</li> <li>- увязывает усвоенные знания с практической деятельностью;</li> <li>- аргументирует научные положения;</li> <li>- делает выводы и обобщения;</li> <li>- владеет системой основных понятий</li> </ul>
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>- тема раскрыта недостаточно четко и полно, то есть студент освоил проблему, по существу излагает ее, опираясь на знания только основной литературы;</li> <li>- допускает несущественные ошибки и неточности;</li> <li>- испытывает затруднения в практическом применении знаний;</li> <li>- слабо аргументирует научные положения;</li> <li>- затрудняется в формулировании выводов и обобщений;</li> <li>- частично владеет системой понятий</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- студент не усвоил значительной части проблемы;</li> <li>- допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее;</li> <li>- испытывает трудности в практическом применении знаний;</li> <li>- не может аргументировать научные положения;</li> <li>- не формулирует выводов и обобщений;</li> <li>- частично владеет системой понятий</li> </ul>
0	<ul style="list-style-type: none"> <li>- студент не ответил на вопрос</li> </ul>

**5. Типовые контрольные задания и методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.**

**5.1. Типовая практическая работа:**

1. Меры профилактики заболеваний периферической нервной системы (радикулит, невралгия, неврит) у спортсменов.
2. Гипертрофические и гипотонические состояния у спортсменов.
3. Инструментальные методы исследования (общее представление об ЭКГ, эхокардиографии, фонокардиографии) сердечно-сосудистой системы.
4. Инструментальные методы исследования дыхательной, пищеварительной и мочевыделительной систем.
5. Противопоказания к занятиям спортом со стороны органов пищеварения.
6. Основные принципы дозирования физической нагрузки для женщин среднего и пожилого возраста, занимающихся физкультурой.

**5.2. Типовые вопросы для выступления на семинарах:**

1. Наиболее частые причины нарушения функционального состояния ЦНС; понятие о неврозах.
2. Техника определения функционального состояния вестибулярного аппарата (проба Ромберга, пальценосовая, коленно-пяточная проба и вращательные пробы).
3. Методы определения АД, нормальный уровень АД у спортсменов в покое и его динамика при выполнении физической нагрузки различной мощности.
4. Варикозная болезнь у спортсменов, причины развития, признаки, методы профилактики.
5. Самоконтроль женщин-спортсменок.
6. Влияние гиподинамии на состояние здоровья и функциональное состояние организма человека.
7. Изменения в организме в процессе старения.

**5.3. Типовое тестовое задание:**

1. Для лиц моложе 30 лет МПК = 42,6-51,5 отражает состояние:

- 1) отличное;
- 2) хорошее;
- 3) очень плохое;
- 4) плохое;
- 5) отличное.

2. Средняя величина показателя жизненного индекса для спортсменов составляет:

1. 75-80 мл/кг;
2. 40-50 мл/кг;
3. 65-70 мл/кг;
4. 55-60 мл/кг;
5. 30-45 мл/кг.

3. В течении каждой болезни различают следующие периоды (указать последовательность):

1. продромальный период;
2. период развернутого течения болезни;
3. латентный период;
4. период завершения болезни.

4. Для оценки физического развития детей и подростков используют следующие методы:

- 1) метод стандартов;
- 2) пилометрический метод;
- 3) метод корреляции (регрессии);
- 4) метод перцентилей.

5. Гипертрофия – это:

1. эмболия;
2. увеличение органа;
3. экссудация;
4. пролиферация.

6. Гиперемия – это:

- 1) увеличение кровенаполнения в каком-либо участке периферической системы;
- 2) стаз;
- 3) гемостаз;
- 4) лимфостаз;
- 5) ишемия.

7. Инфаркт – это:

- 1) некроз части органа;
- 2) эмболия;
- 3) тромбоз;
- 4) пролиферация.

8. Сколько признаков характеризуют нормальную осанку:

- 1) 1 признак;
- 2) 2 признака;
- 3) 3 признака;
- 4) 4 признака;
- 5) 5 признаков.

#### Ключ к заданиям

№ вопроса	Ответ
1	2
2	4
3	1,3,2,4
4	1
5	2
6	5
7	1
8	4

#### 5.4. Вопросы к экзамену

1. Методы исследования и оценка физического развития.
2. Виды, содержание, задачи и время проведения врачебных обследований.
3. Методы исследования ЦНС. Наиболее частые причины нарушения функционального состояния ЦНС; понятие о неврозах.
4. Методы исследования остроты зрения. Противопоказания к занятиям спортом со стороны зрения.
5. Методы исследования слуха у спортсменов. Противопоказания к занятиям спортом в связи с нарушениями в деятельности слухового аппарата.
6. Методы исследования вестибулярного аппарата (проба Ромберга, пальценосовая, коленопяточная и вращательные пробы).
7. Общие представления о наиболее часто встречающихся заболеваниях периферической нервной системы у спортсменов (радикулит, невралгия, неврит).
8. Понятие о «спортивном сердце», физиологической гипертрофии миокарда.
9. Понятие о рабочей физической гипотонии.
10. Инструментальные методы исследования сердечно-сосудистой системы (ССС).
11. Показатели, характеризующие экономичность, высокую производительность СССР у спортсменов.
12. Основные причины нарушения деятельности СССР у спортсменов.
13. Изменения уровня АД у спортсменов. Понятие о вегето-сосудистой дистонии по гипотоническому типу.
14. Гипертонические состояния у спортсменов. Общее представление о гипертонической болезни.
15. Дистрофия миокарда в результате хронического физического перенапряжения у спортсменов.
16. Нарушение ритма сердечных сокращений у спортсменов.
17. Понятие о тонзилло - кардиальном синдроме.
18. Особенности состава крови у спортсменов. Понятие о миогенном лейкоцитозе.
19. Роль катехоламинов в обеспечении адаптивных реакций к физической нагрузке.
20. Варикозная болезнь у спортсменов; причины развития, признаки, методы профилактики.
21. Общее представление о пороках сердца, являющихся противопоказанием к занятиям спортом.
22. Общая характеристика показателей функционального состояния аппарата дыхания. Особенности внешнего дыхания у спортсменов.
23. Наиболее часто встречающиеся заболевания органов дыхания у спортсменов.



24. Общее представление о наиболее часто встречающихся заболеваниях системы пищеварения (гастрит, язвенная болезнь, гепатит, дисбактериоз).

25. Этиология, симптоматика печеночно-болевого синдрома у спортсменов, меры профилактики. Противопоказания к занятиям спортом со стороны органов пищеварения.

26. Влияние физической нагрузки на функциональное состояние органов выделения. Изменения состава мочи у спортсменов после физической нагрузки.

27. Понятие о функциональной готовности и физической работоспособности.

28. Современные требования к функциональным тестам и условиям тестирования.

29. Проба Летунова, Мастера и др. Методика проведения, оценка результатов.

30. Тест Купера (два варианта). Методика проведения, оценка результатов.

31. Тест PWC 170 – теоретические основы теста, методика проведения, оценка результатов.

32. Тест PWC 170 со специфическими нагрузками.

33. Максимальное потребление кислорода (МПК). Нормативные величины. Методика определения.

34. Тест Новакки, методика проведения, оценка результатов.

35. Понятие об ортостатической устойчивости. Методика проведения, оценка результатов.

36. Оздоровительное значение массовой физической культуры. Морфофункциональные особенности лиц среднего и пожилого возраста.

37. Основные причины дозирования физической нагрузки лиц среднего и пожилого возраста.

38. Абсолютные и относительные противопоказания к занятиям физической культурой для взрослого населения различного возраста.

39. Самоконтроль при занятиях массовой физической культурой.

Морфофункциональные особенности девочек, девушек, женщ

### **5.5. Типовые темы презентации**

1. Понятие о физическом развитии, телосложении и конституции человека.

2. Понятие об осанке: признаки правильной осанки. Виды нарушений осанки.

3. Методы оценки плоскостопия

### **5.6. Типовые темы для составления кроссворда**

1. Инструментальные методы исследования сердечно-сосудистой системы.

2. Общая характеристика показателей функционального аппарата дыхания, органов пищеварения и выделительной системы.

3. Заболевания органов пищеварения у спортсменов.