

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ПЕРВЫЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА И.П.ПАВЛОВА»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической
культуры

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ

для направления подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

профиль «Физическая реабилитация»

Бакалавр
Квалификация выпускника

УТВЕРЖДЕН
на заседании кафедры медицинской
реабилитации и АФК
«12» марта 2019 г.,
протокол №12
Заведующий кафедрой


(подпись)

Санкт-Петербург
2019

**Паспорт
оценочных средств
по учебной дисциплине**

ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ

1. Формируемые компетенции:

1.1. Компетенции формируемые в процессе изучения дисциплины (4 семестр).

Индекс	Формулировка компетенции
ОПК-11	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга в адаптивном спорте
ОПК -14	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь
ПК-1	Способен проводить занятия по адаптивной физической культуре и лечебной физической культуре с членами сборных команд по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта
ПК-3	Способен проводить профилактику травматизма и использования допинга среди лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп

2. В результате изучения дисциплины «Основы спортивной медицины» обучающийся должен:

2.1. Знать:

- историю возникновения и развития спортивной медицины
- понятие о спортивной медицине,
- способы оказания первой медицинской помощи занимающимся физкультурой и спортом;
- механизм физиологического влияния физических нагрузок на организм здорового человека;
- влияние физических нагрузок на организм человека;
- основы профилактической медицины, организацию профилактических мероприятий, направленных на укрепление здоровья

населения;

- основы организации медицинского обеспечения занимающихся физической культурой и спортом.

Уметь:

- оценить функциональное состояние систем организма спортсмена ;
- участвовать в организации и оказании лечебно-профилактической и санитарно-противоэпидемической помощи населению с учетом его социально-профессиональной (включая профессиональные занятия спортом) и возрастно-половой структуры;

- использовать в практической деятельности методы первичной и вторичной профилактики;

- осуществлять профилактические мероприятия по повышению сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внешней среды с использованием различных методов физической культуры и спорта, закаливания, пропагандировать здоровый образ жизни.

Владеть:

- навыками обследования функционального состояния спортсменов;
- навыками технологий оздоровительной медицины;
- навыками ведения медико-педагогической документации в области спортивной медицины.

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет
имени академика И.П.Павлова» Министерства здравоохранения РФ

Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры

Презентация

по дисциплине
«Основы спортивной медицины»

Подготовить презентацию по «Основам спортивной медицины»

Студенты делятся на пары и делают презентацию по основам спортивной медицины и к следующему занятию предоставляют презентацию для обсуждения в группе.

Критерии оценки:

- 5 баллов – «отлично»
- 4 балла – «хорошо»
- 3 балла - «удовлетворительно»
- 2 балла - «слабо»
- 1 балл - «плохо»
- 0 баллов - «работа не выполнена»

**Оформление тем для круглого стола
(дискуссии, полемики, диспута, дебатов)**

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет
имени академика И.П.Павлова» Министерства здравоохранения РФ

Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры

**Перечень дискуссионных тем для круглого стола
(дискуссии, полемики, диспута, дебатов)**

по дисциплине «**Основы спортивной медицины**»

1. Какие нефармакологические средства восстановления применяются в спорте?
2. Проблема акселерации в детском спорте.
3. Методы восстановления в спорте.
4. Медико-педагогическое обеспечение учебно-тренировочных мероприятий.

Критерии оценки:

5 баллов – «отлично»

4 балла – «хорошо»

3 балла - «удовлетворительно»

2 балла - «слабо»

1 балл - «плохо»

0 баллов - «работа не выполнена»

Решение практических задач

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет
имени академика И.П.Павлова» Министерства здравоохранения РФ

Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры

Практические задачи

по дисциплине «Основы спортивной медицины»

1. Заполнение карты обследования спортсмена, форма №61у
2. Демонстрация методик соматоскопии, антропометрии, функциональных проб.

КАРТА ОБСЛЕДОВАНИЯ СПОРТСМЕНА

Дата заполнения _____ год, месяц, число,
Организация (ДЮСШ, спортколлектив) _____
Вид спорта _____
N поликлиники по месту жительства _____
1. Фамилия, имя, отчество _____
2. Дата рождения _____
3. Пол _____
4. Домашний адрес _____ Телефон _____
5. Место работы _____
6. Профессия, должность _____
7. Образование _____ 8. Жилищные условия _____
9. Пищевой режим _____
10. Перенесенные: а) болезни _____ б) травмы _____ в) операции _____
11. Употребление алкоголя: случайное, мало, много, часто, не употребляет (подчеркнуть) Курение с каких лет _____ по _____ штук в день, не курит (подчеркнуть)
12. Каким видом спорта преимущественно занимается _____
13. Сколько времени _____
14. Какими другими видами спорта занимался _____

15. По каким видам спорта участвовал в соревнованиях _____

16. Разряд _____

дата получения каждого разряда,

по какому виду спорта продолжение

17. Антропометрические данные

		1-е обследование		2-е обследование		3-е обследование		4-е обследование	
		дата осмотра		дата осмотра		дата осмотра		дата осмотра	
		возраст	оценка <*>	возраст	оценка <*>	возраст	оценка <*>	возраст	оценка <*>
Вес									
Рост стоя									
Окружность грудной клетки	вдох								
	выдох								
	пауза								
	размах								
Спирометрия									
Динамометрия	лев. кисть								
	пр. кисть								

<*> - Оценка для детей и подростков до 17 лет включительно.

18. Данные наружного осмотра

Кожа									
Видимые слизистые									
Лимф. система									
Жироотложение									
Мускулатура									
Сост. грыж. ворот									
Спина									
Стопа									
Ноги									

19. Данные о тренировках и соревнованиях

	1-е обследование	2-е обследование
	Дата осмотра _____	Дата осмотра _____
Краткие данные о тренировках и спортивных выступлениях		

20. Данные обследования

Жалобы		
Органы дыхания: верхние дыхательные пути, легкие (аускультация)		
Органы кровообращения: сердце, (границы, поперечник, аускультация)		
Органы пищеварения: язык, живот (пальпация)		
Мочеполовая система		
Эндокринная система		
Нервная система		
Осмотр специалистов: офтальмолога		
отоларинголога		
хирурга		
травматолога		
стоматолога		
других специалистов (вписать)		

3-е обследование Дата осмотра _____	4-е обследование Дата осмотра _____

21. Функциональные пробы

[illegible]

пульса Аускультация	лежа				
	стоя				

22. Заключение

Физическое развитие					
Состояние здоровья (функциональное состояние)					
Медицинская группа					
Допуск к занятиям, соревнованиям по					
Направлен к специалисту					
Повторная явка					
Рекомендовано					
Примечание					

Критерии оценки:

5 баллов – «отлично»

4 балла – «хорошо»

3 балла - «удовлетворительно»

2 балла - «слабо»

1 балл - «плохо»

0 баллов - «работа не выполнена»

**Оформление тем для эссе
(рефератов, докладов, сообщений)**

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет
имени академика И.П.Павлова» Министерства здравоохранения РФ

Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры

Темы эссе (рефератов, докладов, сообщений)

по дисциплине «**Основы спортивной медицины**»

1. Роль физической культуры в укреплении здоровья населения.
2. Физическая культура инвалидов.
3. Профилактика заболеваний спортсменов.
4. Повышение адаптационных возможностей спортсменов.
5. Допинг в спорте.
6. Всемирный допинговый кодекс. (ВАДА/WADA).
7. Нефармакологические средства восстановления в спорте.
8. Применение массажа в спорте, его роль в тренировочном процессе.
9. Методы обследования сердечно – сосудистой системы в спорте.
10. Методы обследования дыхательной системы.
11. Методы обследования опорно – двигательной системы в спорте.
12. Оценка физической работоспособности спортсмена.
13. Понятие «здоровый образ жизни. Роль физической культуры и спорта в укреплении здоровья.
14. Значение физической культуры и спорта в борьбе с вредными привычками.
15. Особенности физического развития и телосложения у представителей различных видов спорта (на примере одного вида спорта).
16. Оценка физического состояния спортсменов.
17. Роль диетотерапии, режима дня в лечении хронических заболеваний.

18. Закаливание как метод профилактики заболеваний. Методы закаливания.
19. Физические методы лечения в спортивной медицине.
20. Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом.

Критерии оценки:

0 баллов – тема не раскрыта, оформление не соответствует требованиям;

1 балл – тема раскрыта не полностью, оформление не соответствует требованиям, использовано 4-5 источников;

2 балла - тема раскрыта полностью, оформление не соответствует требованиям, использовано 4-5 источников; используется иллюстративный материал;

3 балла - тема раскрыта полностью, оформление соответствует требованиям, использовано 5-6 литературных источников; используется иллюстративный материал;

4 балла - тема раскрыта полностью, оформление соответствует требованиям, использовано 6-8 литературных источников; используется иллюстративный материал;

5 баллов - тема раскрыта полностью, оформление соответствует требованиям, использовано более 10 литературных источников; используется иллюстративный материал.

ТЕСТИРОВАНИЕ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет
имени академика И.П.Павлова» Министерства здравоохранения РФ

Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры

Тесты

по дисциплине «Основы спортивной медицины»

1. Максимальная температура окружающей среды, при которой еще разрешается проведение соревнований по марафонскому бегу, должна не превышать;

- А. + 20 С
- Б. + 25 С
- В. + 28 С
- Г. + 32 С

2. Студент К., 20 лет, за 12 мин. (12-и мин. Тест Купера) преодолел дистанцию, равную 2 км. 500 м. Оцените степень его подготовленности:

- А. плохая,
- Б. хорошая.
- В. удовлетворительная
- Г. отличная

3. Студент Т., 19 лет, ЧСС покоя 75 уд/мин., АД= 130/75. Сразу после выполнения пробы с 2-х мин. бегом на месте в темпе 180 шагов в мин. ЧСС=150 уд/мин., АД=170/0. Через 3 мин. восстановления ЧСС=120, АД=140/0. Какой тип реакции ССС:

- А. нормотонический,
- Б. дистонический
- В. гипертонический
- Г. гипотонический

4. В каком возрасте спортсмены добиваются успеха в видах спорта связанных с развитием качества выносливости:

- А. 15-20 лет,
- Б. 20-25 лет
- В. 25-30 лет
- Г. 30-40 лет

5. Абитуриент К., 17 лет. При первичном врачебном обследовании выявлена миопия (- 5,5 диоптрий) при слабом физическом развитии, К какой медицинской группе его следует отнести:

- А. основной,
- Б. специальной,
- В. подготовительной
- Г. освободить от занятий

6. Контроль пола женщин-спортсменок проводится:

- А. перед каждым соревнованием,
- Б. в зависимости от вида спорта
- В. только перед чемпионатами мира и олимпийскими играми,
- Г. 1 раз в жизни перед крупными международными соревнованиями.

7. Выраженная физиологическая брадикардия развивается у спортсменов в видах спорта, развивающих преимущественно качество:

- А. скорости
- Б. силы
- В. выносливости
- Г. ловкости

8. При диспансеризации спортсменов сборных команд России дополнительно проверяется аудиометрия у:

- А. стрелков
- Б. баскетболистов
- В. биатлонистов
- Г. гимнастов
- Д. пятиборцев

9. При проведении углубленного медицинского обследования спортсменов сборных команд России дополнительно проверяется вестибулометрия у:

- А. гребцов
- Б. гимнастов
- В. фигуристов
- Г. пловцов
- Д. прыгунов с трамплина

10. Этапные медицинские обследования спортсменов сборных команд России проводятся:

- А. 1 раз в год
- Б. 2-3 раза в год
- В. 3-4 раза в год
- Г. в зависимости от количества этапов подготовки в течение годовичного цикла.

11. С учетом специфики вида спорта, при обследовании спортсменов сборных команд России, дополнительно проводится исследование глазного дна и измерение внутриглазного давления у:

- А. боксеров
- Б. регбистов
- В. тяжелоатлетов
- Г. прыгунов с шестом
- Д. спортсменов больших весовых категорий.

12. Какие из перечисленных легочных объемов нельзя измерить с помощью простого спирометра:

- А. жизненную емкость легких
- Б. функциональную остаточную емкость
- В. дыхательный объем
- Г. остаточный объем

13. Дополнительное исследование поля зрения у спортсменов сборных команд России и их ближайшего резерва проводится у:

- А. футболистов
- Б. пловцов
- В. гимнастов
- Г. ватерполистов
- Д. фигуристов

14. Абитуриенты высших учебных заведений, имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья и слабое физическое развитие, относятся к:

- А. основной
- Б. подготовительной
- В. специальной медицинской группе
- Г. группе ЛФК

15. Наиболее важным компонентом лечения почти всех спортивных повреждений является использование приемов под аббревиатурой «ПЛДП»:

- А. покой
- Б. лед
- В. движение
- Г. подъем
- Д. давление
- Е. пластырь

16. Рефлекторное раздражение блуждающего нерва проявляется:

- А. брадикардией и повышением АД,
- Б. брадикардией и понижением АД,
- В. тахикардией и гипотензией,
- Г. тахикардией и гипертензией,
- Д. брадикардией и повышением диастолического давления

17. При возбуждении парасимпатического отдела вегетативной нервной системы отмечается:

А. расширение зрачка, учащение сердечных сокращений, повышение артериального давления, гипергликемия и ослабление моторики тонкого кишечника.

Б. сужение зрачка, замедление сердечных сокращений, сужение коронарных артерий, усиление моторики кишечника и расслабление сфинктера мочевого пузыря,

В. расширение зрачка, учащение сердечных сокращений, повышение артериального давления, сужение коронарных артерий и ослабление моторики тонкого кишечника,

Г. сужение зрачка, замедление сердечных сокращений, понижение артериального давления, сужение коронарных артерий и ослабление моторики тонкого кишечника.

18. При повышении тонуса блуждающих нервов:

- А. возбудимость сердца повышается,
- Б. возбудимость сердца снижается,
- В. проводимость сердца увеличивается,
- Г. проводимость сердца уменьшается

19. Автоматия сердечной мышцы при повышении импульсации по симпатическим нервам вызывает:

- А. увеличение возбудимости сердца,
- Б. уменьшение возбудимости сердца,
- В. повышение проводимости сердца,
- Г. снижение проводимости сердца.

20. При повышении тонуса блуждающих нервов:

- А. частота сердечных сокращений увеличивается,
- Б. частота сердечных сокращений уменьшается,
- В. возбудимость сердца повышается,
- Г. возбудимость сердца снижается.

Тест рассчитан на 30 минут.

Критерии оценки:

10 - правильные ответы на все вопросы

9 – одна ошибка

8 – две ошибки

7 – три ошибки

6 - четыре ошибки

5 - пять ошибок

4 - шесть ошибок

3 - семь ошибок

2 - восемь ошибок

1- девять ошибок

0 - 10 и более ошибок

Перечень вопросов для зачета

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет
имени академика И.П.Павлова» Министерства здравоохранения РФ

Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры

Перечень вопросов для зачета

по дисциплине «**Основы спортивной медицины**»

1. Медико-педагогическое обеспечение учебно-тренировочных мероприятий.
2. Организация медицинского обследования для допуска к занятиям массовым спортом и физической культурой.
3. Текущие медико-педагогические наблюдения и этапы медицинских обследований спортсменов.
4. Понятие о физической работоспособности.
5. Основные виды функциональных методов исследования в спортивной медицине
6. Распределение на медицинские группы учащихся для занятий физкультурой
7. Абсолютные и относительные противопоказания для занятий физической культурой и спортом лицам среднего и пожилого возраста.
8. Задачи ВПН, формы и методы проведения.
9. Плотность урока/тренировки, методика проведения хронометража, оценка.
10. Цели нагрузочного тестирования. Виды нагрузок.
11. Организация медицинской помощи при массовых соревнованиях.

12. Влияние систематических занятий физической культурой и спортом на организм лиц среднего и пожилого возраста.
13. Проблема акселерации в детском спорте.
14. Методы исследования аппарата внешнего дыхания.
15. Методы дозирования физических нагрузок. Виды функциональных проб.
16. Педагогические средства восстановления в спорте.
17. Влияние хронических очагов инфекции на состояние здоровья спортсменов.
18. Влияние направленности тренировочного процесса на функциональное состояние сердечно-сосудистой системы.
19. Задачи, организация и содержание врачебного контроля за физическим воспитанием населения.
20. Влияние спортивных тренировок на процессы роста, созревания и формирование организма ребенка.
21. Организация тестирования и меры предосторожности.
22. Методы оперативного и интегративного контроля системы дыхания в процессе тренировок.
23. Метод PWC170. Методика проведения, расчет полученных данных.
24. Всемирный антидопинговый кодекс.
25. Определение допинга. Нарушение антидопинговых правил. Санкции к спортсменам в индивидуальных видах спорта.

Критерии формирования оценки

Осознанность – способность воспроизводить смысловое содержание полученной информации и извлекать из всей совокупности знаний необходимые для ответа на вопрос экзаменационного билета.

Полнота – отношение количества усвоенных знаний к объему информации учебной программе.

Прочность – устойчивая фиксация и длительность хранения в памяти знаний и способов их применения.

Гибкость и оперативность – готовность к быстрому и творческому применению знаний в соответствии с возникшей ситуацией.

Глубина – характеризуется способностью к обнаружению связей между знаниями.

зачтено:

- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы, а также **по основным вопросам, выходящим за ее пределы;**
- **точное** использование научной терминологии профессионального образования, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы экзаменационного билета;
- **безупречное владение** терминологией учебной дисциплины;
- **выраженная способность** самостоятельно и творчески решать сложные проблемы теории и практики физической культуры;
- **полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы**, рекомендованной учебной программой по дисциплине;
- **умение ориентироваться** в теориях и концепциях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку с позиции теории и практики физической культуры.

не зачтено:

- **фрагментарные знания** в рамках образовательного стандарта;
- **знание отдельных** литературных источников, рекомендованных учебной программой;
- **отсутствие умения** использовать терминологию профессионального образования, наличие в ответе **грубых стилистических и логических ошибок;**
- **слабое владение** терминологией учебной дисциплины;
- **некомпетентность** в решении типовых педагогических задач.