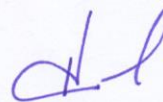


МИНОБРНАУКИ РОССИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ТУЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Утверждаю:
Ректор



М.В. Грязев

Подпись

23» 05 2019 г.



Программа повышения квалификации

«Лечебная физкультура и спортивная медицина»

Срок освоения программы – 144 часа.

Тула 2019 год

1 Цель учебной программы

Целью программы повышения квалификации является совершенствование компетенций обучающегося, необходимых для профессиональной деятельности в рамках имеющейся квалификации.

2 Планируемые результаты обучения

Результаты обучения по программе повышения квалификации направлены на совершенствование ранее приобретенных компетенций обучающегося, необходимых для профессиональной деятельности, в рамках имеющейся квалификации.

Перечень компетенций обучающегося, планируемых к совершенствованию в результате освоения программы повышения квалификации:

- способность осуществлять комплекс мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания (ПК-1);

- способность определять у пациентов патологические состояния, симптомы, синдромы заболеваний, нозологические формы в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем (ПК-2);

- способность осуществлять врачебный контроль за лицами разного возраста и пола, занимающимися физической культурой и спортом (ПК-3);

- способность применять основные принципы организации и управления в сфере охраны здоровья граждан в медицинских организациях и их структурных подразделениях (ПК-4).

В результате освоения программы повышения квалификации обучающийся должен:

знать:

- основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан и нормативно-правовые акты Российской Федерации, определяющие деятельность органов и учреждений здравоохранения, основы медицинского страхования;

- принципы организации лечебно-диагностического процесса в медицинской организации;

- организацию работы врача по лечебной физкультуре и спортивной медицине в условиях лечебно-профилактических учреждений;

- общие вопросы организации врачебно-физкультурной службы в Российской Федерации;

- анатомио-физиологические, возрастные и половые особенности здорового и больного человека в связи с занятиями ЛФК, физической культурой и спортом;

- причины возникновения спортивных травм, предпатологических и патологических состояний в организме спортсменов, механизм их развития и клинические проявления;

- содержание и объем врачебных обследований (первичного, повторного, дополнительного и др.) занимающихся физической культурой и спортом с целью допуска к занятиям, тренировкам и соревнованиям;

- методические основы, средства и формы лечебной физкультуры; дозирование физической нагрузки;

- фармакологическое воздействие на организм медицинских препаратов: запрещенные лекарственные препараты в спорте (допинги), фармакологические средства восстановления спортсменов и их классификация.

уметь:

- провести оценку физического состояния организма, выполнить функциональные пробы системы кровообращения, дыхания, нервно-мышечной системы;

- дать заключение о здоровье и функциональном состоянии организма, определить толерантность к физической нагрузке, допуск к занятиям физкультурой и спортом и их адекватность состоянию здоровья;

- обосновать дозировку физических нагрузок, выбрать формы, средства и методы для общего оздоровления и повышения спортивной работоспособности лиц, занимающихся физкультурой и спортом;

- осуществлять врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом (в процессе физического воспитания, при занятиях массовыми видами физической культуры, у детей и подростков, у спортсменов-инвалидов, питанием спортсменов;

- осуществлять восстановительные мероприятия спортсменам после физических нагрузок и медицинскую реабилитацию после травм и заболеваний;

- оформить необходимую документацию по учету работы и отчетности, проанализировать ее.

иметь навыки:

- расспроса больного, сбора анамнестических и катamnестических сведений, наблюдения за пациентом;

- использования диагностических и оценочных шкал, применяемых в лечебной физкультуре и спортивной медицине;

- распознавания и лечения неотложных состояний в спортивной медицине;

- составления различных отчетов, подготовки организационно-распорядительных документов;

- общения по формированию у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих;

- частных методик лечебной физкультуры для больных в терапии, хирургии, травматологии и ортопедии, неврологии, урологии, акушерстве и гинекологии, при заболеваниях ЛОР органов, при глазных болезнях, в стоматологии, в т.ч. методики лечебной физкультуры для детей;

- проведения индивидуальных и групповых занятий по лечебной гимнастике при заболеваниях различных органов и систем;

- установки диагноза и назначение комплексного лечения спортсменам;

использования различных средств восстановления;

- методики допинг-контроля в спорте;

- методики спортивного отбора.

3 Учебный план

Срок освоения программы: 144 часа.

Форма обучения: очная.

Порядок обучения: одновременно и непрерывно.

№ п/п	Наименование модуля	Всего часов	В том числе				Самостоятельная работа	Форма Контроля
			Виды учебных занятий и учебных работ					
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ			
1	Организация лечебной физкультуры и спортивной медицины	6	6	0	0	0	Промежуточная аттестация (зачет)	
2	Анатомо-физиологические мышечной деятельности. Общие основы лечебной физкультуры	18	12	6	0	0	Промежуточная аттестация (зачет)	
3	Лечебная физкультура в клинике внутренних болезней	18	12	6	0	0	Промежуточная аттестация (зачет)	
4	Лечебная физкультура в травматологии и ортопедии, при хирургических заболеваниях	12	6	6	0	0	Промежуточная аттестация (зачет)	
5	Лечебная физкультура при неврологических заболеваниях	12	6	6	0	0	Промежуточная аттестация (зачет)	
6	Лечебная физкультура в акушерстве и гинекологии	12	6	6	0	0	Промежуточная аттестация (зачет)	
7	Врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом	18	12	6	0	0	Промежуточная аттестация (зачет)	
8	Заболевания и травмы у спортсменов	18	12	6	0	0	Промежуточная аттестация (зачет)	
9	Система восстановления и повышения спортивной работоспособности	12	6	6	0	0	Промежуточная аттестация (зачет)	

10	Организация медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий	12	6	6	0	0	Промежуточная аттестация (зачет)
Итоговая аттестация		6					
Итого:		144					

* Под иными видами учебных занятий и учебных работ здесь и далее понимаются: лабораторные работы, круглые столы, мастер-классы, симуляционные занятия, мастерские, деловые игры, ролевые игры, тренинги, семинары по обмену опытом, выездные занятия, консультации и др.

4 Календарный учебный график

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Организация лечебной физкультуры и спортивной медицины	6	0	0	0
Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности. Общие основы лечебной физкультуры	12	6	0	0
Лечебная физкультура в клинике внутренних болезней	12	6	0	0
Лечебная физкультура в травматологии и ортопедии, при хирургических заболеваниях	6	6	0	0
Лечебная физкультура при неврологических заболеваниях	0	6	6	0
Лечебная физкультура в акушерстве и гинекологии	0	6	6	0
Врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом	0	6	12	0
Заболевания и травмы у спортсменов	0	0	12	6
Система восстановления и повышения спортивной работоспособности	0	0	0	12
Организация медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий	0	0	0	12
Итоговая аттестация	0	0	0	6

Примечание: неделя – период времени продолжительностью 7 дней.

5 Рабочие программы модулей

Рабочая программа модуля

«Организация лечебной физкультуры и спортивной медицины»

№ п/п	Наименование тем модуля	Всего часов	В том числе			Самостоятельная Работа
			Виды учебных занятий и учебных работ			
			Лекции	Практические (семинарские) Занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Организация лечеб-	2	2	0	0	0

	ной физкультуры					
2	Тема 2. Организация лечебной физкультуры в детских лечебно-профилактических учреждениях	2	2	0	0	0
3	Тема 3. Организационные основы спортивной медицины	2	2	0	0	0

**Рабочая программа модуля
«Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности.
Общие основы лечебной физкультуры»**

№ п/п	Наименование тем модуля	Всего часов	В том числе			
			Виды учебных занятий и учебных работ			Самостоятельная Работа
			Лекции	Практические (семинарские) Занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Физиология физических упражнений	4	2	2	0	0
2	Тема 2. Биохимия мышечной деятельности	4	2	2	0	0
3	Тема 3. Динамическая анатомия	4	2	2	0	0
4	Тема 4. Метод физической реабилитации и его характерные особенности	2	2	0	0	0
5	Тема 5. Систематизация физических упражнений в лечебной физкультуре	2	2	0	0	0
6	Тема 6. Формы физической реабилитации	2	2	0	0	0

**Рабочая программа модуля
«Лечебная физкультура в клинике внутренних болезней»**

№ п/п	Наименование тем модуля	Всего часов	В том числе			
			Виды учебных занятий и учебных работ			Самостоятельная Работа
			Лекции	Практические (семинарские) Занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Физическая реабилитация больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы	3	2	1	0	0
2	Тема 2. Основы сердечно-легочной реанимации	3	2	1	0	0
3	Тема 3. Физическая реабилитация	3	2	1	0	0

	литация больных с заболеваниями органов дыхания					
4	Тема 4. Физическая реабилитация больных с заболеваниями обмена веществ	3	2	1	0	0
5	Тема 5. Физическая реабилитация больных с заболеваниями почек и мочевыводящих путей	3	2	1	0	0
6	Тема 6. Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов у детей	3	2	1	0	0

**Рабочая программа модуля
«Лечебная физкультура в травматологии и ортопедии, при хирургических заболеваниях»**

№ п/п	Наименование тем модуля	Всего часов	В том числе			Самостоятельная Работа
			Виды учебных занятий и учебных работ			
			Лекции	Практические (семинарские) Занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Физическая реабилитация больных при травмах опорно-двигательного аппарата	4	2	2	0	0
2	Тема 2. Основы сердечно-легочной реанимации	2	0	2	0	0
3	Тема 3. Физическая реабилитация при хирургическом лечении больных	3	2	1	0	0
4	Тема 4. Физическая реабилитация больных в нейрохирургии	3	2	1	0	0

**Рабочая программа модуля
«Лечебная физкультура при неврологических заболеваниях»**

№ п/п	Наименование тем модуля	Всего часов	В том числе			Самостоятельная работа
			Виды учебных занятий и учебных работ			
			Лекции	Практические (семинарские) Занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Физическая реабилитация больных при болезнях центральной нервной системы	4	2	2	0	0
2	Тема 2. Физическая реабилитация больных при заболеваниях периферической нервной системы	4	2	2	0	0

	литация больных при заболеваниях и травмах периферической нервной системы					
3	Тема 3. Массаж в реабилитации неврологических больных	2	0	2	0	0
4	Тема 4. Лечебная физкультура в клинике нервных болезней у детей	2	2	0	0	0

**Рабочая программа модуля
«Лечебная физкультура в акушерстве и гинекологии»**

№ п/п	Наименование тем модуля	Всего часов	В том числе			Самостоятельная работа
			Виды учебных занятий и учебных работ			
			Лекции	Практические (семинарские) Занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Физические упражнения в акушерстве	4	2	2	0	0
2	Тема 2. Физическая реабилитация больных в гинекологии	4	2	2	0	0
3	Тема 3. Массаж в акушерстве и гинекологии	4	2	2	0	0

**Рабочая программа модуля
«Врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом»**

№ п/п	Наименование тем модуля	Всего часов	В том числе			Самостоятельная работа
			Виды учебных занятий и учебных работ			
			Лекции	Практические (семинарские) Занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Врачебный контроль за физическим воспитанием	6	4	2	0	0
2	Тема 2. Врачебный контроль при занятиях оздоровительными формами физической культуры	6	4	2	0	0
3	Тема 3. Углубленное медицинское обследование спортсменов	4	2	2	0	0
4	Тема 4. Роль врача в управлении тренировочным про-	2	2	0	0	0

цессом					
--------	--	--	--	--	--

**Рабочая программа модуля
«Заболевания и травмы у спортсменов»**

№ п/п	Наименование тем модуля	Всего часов	В том числе			
			Виды учебных занятий и учебных работ			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические (семинарские) Занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Профилактика заболеваний спортсменов	6	4	2	0	0
2	Тема 2. Физическое перенапряжение сердечно-сосудистой и других систем организма	6	4	2	0	0
3	Тема 3. Медицинская и спортивная реабилитация больных спортсменов	4	2	2	0	0
4	Тема 4. Спортивные травмы	2	2	0	0	0

**Рабочая программа модуля
«Система восстановления и повышения спортивной работоспособности»**

№ п/п	Наименование тем модуля	Всего часов	В том числе			
			Виды учебных занятий и учебных работ			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические (семинарские) Занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Характеристика утомления и восстановления при интенсивной мышечной работе	6	3	3	0	0
2	Тема 2. Методы восстановления спортивной работоспособности	6	3	3	0	0

**Рабочая программа модуля
«Организация медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий»**

№ п/п	Наименование тем модуля	Всего часов	В том числе			
			Виды учебных занятий и учебных работ			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические (семинарские)	Иные виды учебных занятий и учебных работ	

				Занятия	работ	
1	Тема 1. Медико-биологическое обеспечение спортсменов в условиях учебно-тренировочных сборов и соревнований	6	3	3	0	0
2	Тема 2. Врачебный контроль на соревнованиях спортсменов-инвалидов	6	3	3	0	0

6 Организационно-педагогические условия реализации учебной программы

6.1 Требования к материально-техническому обеспечению

Для проведения лекционных занятий требуется аудитория, оборудованная настенным экраном (переносным экраном), проектором, ноутбуком и аудиосистемой.

Для проведения практических (семинарских) занятий требуется симуляционный класс с манекенами для отработки базовых навыков

Для проведения итоговой аттестации требуется аудитория для проведения письменного экзамена.

6.2 Перечень учебно-методического и информационного обеспечения

1. Белоцерковский З.Б. Эргометрические и кардиологические критерии физической работоспособности у спортсменов // М.: Советский спорт. 2005. 311 с.

2. Бирюков А.А. Лечебный массаж. // М.: Советский спорт. 2000. 293 с.

3. Детская спортивная медицина. (под ред. проф.С.Б.Тихвинского и проф. С.В.Хрущева). Изд. 2-е. // М. Медицина. 1991. 560 с.

4. Геселевич В.А. Актуальные вопросы спортивной медицины // М.: Советский спорт. 2004. 232 с.

5. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура // М.: Геотар-Мед, 2002, - 559 с.

6. Журавлева А.И., Граевская Н.Д. Спортивная медицина и лечебная физкультура.- М: Медицина, 1993, - 432 с.

7. Белая Н.А. Руководство по лечебному массажу. 2-е изд. // М., Медицина, 1983. 283 с.

8. Епифанов В.А., Епифанов А.В. Остеохондроз позвоночника (диагностика, лечение, профилактика) // М.: МЕДпресс-информ. 2008. 271 с.

9. Избранные лекции по спортивной медицине. Научный редактор проф. Поляев Б.А.// М.: Натюрморт. 2003, Т.1. 191 с.

10. Каптелин А.Ф. Восстановительное лечение (лечебная физкультура, массаж и трудотерапия) при травмах и деформациях опорно-двигательного аппарата. М. Медицина, 1969. 404 с.

11. Лечебная физическая культура при заболеваниях в детском возрасте (под.ред.проф. С.М. Иванова). М., Медицина, 1983. 399 с.

12. Макарова Г.А. Фармакологическое обеспечение в системе подготовки спортсменов // М.: Советский спорт. 2004. 157 с.

6.3 Требования к кадровому обеспечению

Реализация учебной программы осуществляется педагогическими работниками и (или) лицами, привлекаемыми к реализации программы на иных условиях.

7 Формы аттестаций и оценочные материалы

Промежуточная аттестация обучающегося по каждому модулю осуществляется в виде зачета в форме тестирования. В ходе зачета обучающемуся предлагается ответить на 10 тестовых задания по тематике модуля. Обучающийся, давший удовлетворительные ответы на 7 или более вопросов, получает оценку «Зачтено».

Итоговая аттестация обучающегося по программе осуществляется в виде экзамена в письменной форме на основе пятибалльной системы оценок. К итоговой аттестации допускается обучающийся, не имеющий задолженности и в полном объеме выполнивший учебный план. Итоговая аттестация считается успешно пройденной в случае получения обучающимся на экзамене одной из следующих оценок: «Отлично», «Хорошо», «Удовлетворительно».

В случае успешного прохождения итоговой аттестации обучающемуся выдается документ о квалификации установленного образца – удостоверение о повышении квалификации.

В приложении к программе приводятся примеры оценочных материалов для проведения промежуточных и итоговой аттестаций обучающегося.

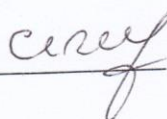
8 Методические материалы по проведению итоговой аттестации

При планировании процедуры итоговой аттестации обучающихся целесообразно использовать соответствующие методические рекомендации Минобрнауки России (Письмо Минобрнауки России от 30 марта 2015 г. «О направлении методических рекомендаций по итоговой аттестации слушателей»).

9 Лист согласования учебной программы

Разработчики учебной программы:

Киреев С.С., д.м.н., профессор, зав. каф. АиР



Программа рассмотрена и рекомендована к утверждению решением совета медицинского института протокол № 9 от «23» 05 2019 г.

Директор медицинского института

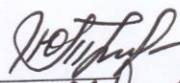
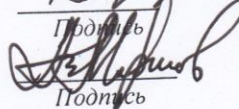


А.А. Хадарцев

Согласовано с УМУ:

Начальник ОСУП УМУ

Начальник УМУ


Подпись

Подпись

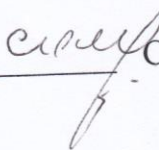
Ю.В. Трофимова

А.В. Морзов

Программа планируется к реализации Центром повышения квалификации и переподготовки кадров в области медицины.

Согласовано:

Директор ЦПКиПК


С.С. Киреев

«23» 05 2019 г.

Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по модулю

«Организация лечебной физкультуры и спортивной медицины»

1. Работа врача по лечебной физкультуре регламентируется всем, кроме
 - а) инструкций Комитета по физкультуре и спорту
 - б) положения о враче лечебной физкультуры Минздравмедпрома РФ
 - в) распоряжений вышестоящих должностных лиц
 - г) режима работы данного учреждения
 - д) норм врачебной этики и деонтологии

2. Норма нагрузки врача ЛФК на обследование одного больного составляет
 - а) 60 мин
 - б) 50 мин
 - в) 30 мин
 - г) 20 мин
 - д) 10 мин

3. Норма нагрузки инструктора ЛФК при занятиях с детьми дошкольного возраста в детских учреждениях составляет
 - а) 10-15 мин
 - б) 15-20 мин
 - в) 20-25 мин
 - г) 25-30 мин
 - д) 30-35 мин

Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по модулю

«Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности. Общие основы лечебной физкультуры»

1. При гипертрофии сердца масса его у взрослого превышает
 - а) 100 г
 - б) 200 г
 - в) 350 г
 - г) 600 г
 - д) 750 г

2. Расширение сердца приводит
 - а) к брадикардии
 - б) к тахикардии
 - в) к снижению сердечного выброса
 - г) к увеличению сердечного выброса
 - д) правильно б) и г)

3. Увеличение массы желудочка сердца при гипертрофии обусловлено
- а) увеличением жировых отложений
 - б) увеличением количества мышечных волокон
 - в) увеличением размеров каждого волокна
 - г) увеличением мышечной соединительной ткани
 - д) дилатацией сердца

**Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по модулю
«Лечебная физкультура в клинике внутренних болезней»**

1. Решающим в диагностике ишемической болезни сердца является
- а) аускультация сердца
 - б) анамнез
 - в) наличие блокады правой ножки пучка Гиса
 - г) ЭКГ
- д) недостаточность кровообращения
2. Длительный покой больного с инфарктом миокарда может привести
- а) к тахикардии
 - б) к артериальной гипертензии
 - в) к тромбоэмболическим осложнениям
 - г) к развитию коронарных коллатералей
 - д) снижению систолического объема крови
3. Ранняя активность больных после инфаркта миокарда снизила количество
- а) нарушений ритма сердца
 - б) сердечного шока
 - в) недостаточности кровообращения
 - г) тромбоэмболических осложнений
 - д) разрыва сердечных хорд

**Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по модулю
«Лечебная физкультура в травматологии и ортопедии, при хирургических заболеваниях»**

1. К факторам, предрасполагающим отложения солей в суставах и периартикулярных тканях, относятся
- а) переохлаждение
 - б) недостаточное кровоснабжение
 - в) избыток движений
 - г) гипокинезия
 - д) правильно б) и г)

2. При назначении ЛФК больным с артритами следует учитывать возможное наличие

- а) тендовагинита
- б) бурсита
- в) неврита
- г) миозита
- д) всего перечисленного

3. К признакам полиартрита относятся все перечисленные, кроме

- а) болей в суставах
- б) хруста в суставах
- в) переразгибания сустава
- г) деформации сустава
- д) контрактур и тугоподвижности

Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по модулю

«Лечебная физкультура при неврологических заболеваниях»

1. Периоды реабилитации при инсультах

- а) ранний (до 2-х мес)
- б) поздний (после 2-х мес)
- в) госпитальный
- г) поликлинический
- д) правильно а) и б)

2. Возможны следующие нарушения двигательной функции при инсультах

- а) гемипарезы и гемиплегии
- б) тетрапарезы и тетраплегии
- в) монопарезы и монопараличи
- г) все перечисленное
- д) только а) и б)

3. Эффективность лечебной гимнастики при инсультах зависит

- а) от ранних сроков начала занятий
- б) от систематичности и длительности лечения
- в) от поэтапности построения лечебных мероприятий с учетом нарушенных функций, клинического течения заболевания
- г) от индивидуального подхода
- д) от всего перечисленного

Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по модулю

«Лечебная физкультура в акушерстве и гинекологии»

1. Целями проведения физической упражнений беременным женщинам являются все перечисленные, кроме

- а) оказать общее оздоровительное влияние на организм женщины

- б) научить женщину владеть дыханием
- в) укрепить мышцы живота, промежности
- г) корригирование случаев девиации, ретрофлексий и опущения матки

2. Показанием для занятий беременных женщин физическими упражнениями является

- а) нормально протекающая беременность
- б) остролихорадящие заболевания
- в) преэклампсия
- г) маточное кровотечение
- д) правильно а)

3. Показаниями к лечебной физкультуре при гинекологических заболеваниях являются

- а) наличие кисты на ножке
- б) маточные кровотечения
- в) острые воспалительные процессы женских половых органов
- г) хронические аднекситы
- д) правильно г)

Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по модулю

«Врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом»

1. К основным задачам физвоспитания школьников, занимающихся в спецгруппах, относится

- а) содействие правильному физическому развитию и коррекция осанки
- б) повышение физиологической активности органов и систем организма, укрепление здоровья
- в) повышение физической и умственной работоспособности
- г) освоение основных двигательных умений и навыков
- д) все перечисленное

2. Программа физвоспитания школьников, отнесенных к спецгруппе, предусматривает все перечисленное, кроме

- а) ограничения упражнений на скорость, силу и выносливость
- б) уменьшения дистанции в ходьбе и беге
- в) введения дополнительного раздела дыхательных упражнений
- г) расширения комплекса упражнений на воспитание правильной осанки и упражнений на укрепление мышц спины и живота
- д) акробатических упражнений

3. Формирование правильной осанки у школьников, занимающихся физкультурой в спецгруппах, обеспечивает

- а) нормальную работу внутренних органов
- б) экономию в затратах энергии при физических нагрузках

- в) повышение работоспособности
- г) повышение функции опорно-двигательного аппарата и общего тонуса
- д) все перечисленное

**Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по модулю
«Заболевания и травмы у спортсменов»**

1. К внешним причинам спортивных травм относятся
 - а) неправильная организация и методика учебно-тренировочных занятий и соревнований
 - б) неудовлетворительное состояние мест занятий, оборудования, спортивного инвентаря, одежды и обуви спортсмена
 - в) неблагоприятные санитарно-гигиенические и метеорологические условия проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований
 - г) нарушение правил врачебного контроля
 - д) все правильно

2. К "внутренним" причинам спортивных травм не относятся
 - а) состояние утомления
 - б) изменение функционального состояния организма спортсмена, вызванное перерывом в занятиях или болезнью
 - в) нарушение спортсменом биомеханической структуры движения
 - г) выступления в жаркую и морозную погоду
 - д) недостаточная физическая подготовленность спортсмена к выполнению данного вида упражнений

3. Для профилактики спортивного травматизма не следует
 - а) своевременно проводить врачебный и врачебно-педагогический контроль за состоянием здоровья и физической подготовленностью спортсменов
 - б) проводить санитарно-просветительную работу со спортсменами
 - в) совершенствовать физическую и техническую подготовку спортсменов
 - г) соблюдать гигиену физических упражнений и мест занятий
 - д) применять препараты, стимулирующие деятельность центральной нервной системы

**Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по модулю
«Система восстановления и повышения спортивной работоспособности»**

1. К характерным объективным признакам утомления спортсмена при интенсивной мышечной работе относится:
 - а) нарушение координации движения
 - б) снижение силы и быстроты движения
 - в) ухудшение центральной и периферической гемодинамики
 - г) отказ от работы

2. Механизм утомления организма спортсмена при мышечной деятельности заключается преимущественно в:

- а) нарушении центральной регуляции мышечной деятельности
- б) перенапряжении ССС
- в) местных изменениях в мышечной системе
- г) нарушении центральных нервных и гуморальных механизмов

3. Развитие утомления при интенсивной мышечной работе проходит фазы:

- а) компенсации
- б) декомпенсации
- в) суперкомпенсации
- г) сердечной недостаточности

Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по модулю

«Организация медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий»

1. Понятие тренированности спортсмена включает

- а) состояние здоровья и функциональное состояние организма
- б) уровень физической подготовки
- в) уровень технико-тактической подготовки
- г) уровень психологической (волевой) подготовки
- д) все перечисленное

2. Основными вариантами тренировки спортсмена являются все перечисленные, кроме

- а) равномерной тренировки
- б) переменной тренировки
- в) напряженной тренировки
- г) повторной тренировки
- д) контрольного прохождения дистанции

3. К факторам, составляющим выносливость спортсмена, относятся все перечисленные, кроме

- а) личностно-психических
- б) энергетических ресурсов организма
- в) функциональной устойчивости организма
- г) технической подготовки и массы тела

Примеры оценочных материалов для проведения итоговой аттестации

1. Место спортивной медицины в системе подготовки высококвалифицированных специалистов по физической культуре и спорту.

2. Понятие "здоровье". Влияние физической культуры и спорта на здоровье. Понятие "болезнь". Болезнь как общая реакция организма.

3. Роль социальных, климатогеографических, генетических факторов в возникновении, распространении и профилактике заболевания. Стадии и исходы болезней. Острые, подострые и хронические болезни и их профилактика.

4. Этиология и патогенез. Экзогенные и эндогенные причины болезни.

5. Понятия об общем и местных расстройствах кровообращения: гиперемия, стаз, ишемия, инфаркт, некроз, тромбоз и эмболия.

6. Воспаление как универсальная реакция организма на повреждение. Признаки воспаления.

7. Гипертрофия как компенсаторно-приспособительный процесс. Рабочая и компенсаторная гипертрофия. Гипертрофические процессы в организме спортсменов.

8. Понятие об атрофии. Виды атрофии. Гипертрофические, атрофические и дистрофические процессы у спортсменов.

9. Методы изучения телосложения и физического развития: соматоскопия, антропометрия

10. Понятие «физическое развитие». Факторы, влияющие на физическое развитие человека. Возрастная динамика физического развития человека. Связь между состоянием здоровья и физическим развитием.