

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение выс-  
шего образования  
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Факультет физической культуры и спорта

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ЗАБОЛЕВАНИЕ СПОРТСМЕНОВ**

Кафедра спортивных дисциплин

Образовательная программа бакалавриата  
*49.03.01 Физическая культура*

Направленность (профиль) программы:  
*Физкультурное образование*

Форма обучения  
*Очная/заочная*

Статус дисциплины: входит в часть ОПОП, формируемую участниками обра-  
зовательных отношений (дисциплина по выбору)

Махачкала, 2022 год

Рабочая программа дисциплины «Заболевание спортсменов» составлена в 2022 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура от «19» сентября 2017 г. № 940.

Разработчик(и): Кафедра спортивных дисциплин, к.п.н., профессор Рустамов А.Ш.

Рабочая программа дисциплины одобрена:  
на заседании кафедры спортивных дисциплин от «15» 03 2022г., протокол № 6

Зав. кафедрой  Рустамов А.Ш.

на заседании Методической комиссии факультета Физической культуры и спорта от «30» 03 2022г., протокол № 4.

Председатель  Новикова Н. Б.

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим управлением «31» 03 2022г.

Начальник УМУ  Гасангаджиева А.Г.

### Аннотация рабочей программы дисциплины

Дисциплина «Заболевание спортсменов» входит в часть ОПОП, формируемую участниками образовательных отношений (дисциплина по выбору) бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Дисциплина реализуется на факультете физической культуры и спорта кафедрой спортивных дисциплин.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с предметным ознакомлением студентов, получивших к началу его изучения достаточно обширные и глубокие знания педагогико-физкультурного характера и направленных на профессиональную подготовку специалиста в области физической культуры и спорта.

Дисциплина нацелена на формирование следующих компетенций выпускника: общепрофессиональных – ОПК-6, ОПК-7, ОПК-8.

Преподавание дисциплины предусматривает проведение следующих видов учебных занятий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа.

Рабочая программа дисциплины предусматривает проведение следующих видов контроля успеваемости: в форме контрольной работы и промежуточный контроль в форме зачета.

Объем дисциплины 2 зачетных единиц, в том числе в академических часах по видам учебных занятий: 72 ч.

Очная форма обучения

Семестр	Учебные занятия							СРС, в том числе экза- мен	Форма проме- жуточной атте- стации (зачет, дифференциро- ванный зачет, экзамен)
	в том числе:								
	всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем							
		всего	из них						
	Лек- ции	Лабора- торные занятия	Практи- ческие занятия	КСР	консуль- тации				
5	72	36	18		18			36	

Заочная форма обучения

Семестр	Учебные занятия							СРС, в том числе экза- мен	Форма проме- жуточной атте- стации (зачет, дифференциро- ванный зачет, экзамен)
	в том числе:								
	всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем							
		всего	из них						
	Лек- ции	Лабора- торные занятия	Практи- ческие занятия	КСР	консуль- тации				
8	72	12	6		6			56+4	

## 1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области профилактики и реабилитации профессиональных заболеваний спортсменов и реализация их в своей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- формирование систематизированных знаний в области спортивной медицины;
- ознакомление студентов с современными методами контроля и наблюдения за лицами, занимающимися физической культурой и спортом;
- приобретение научных знаний о закономерностях формирования, сохранения и укрепления здоровья;
- овладение медицинскими умениями, необходимыми в работе учителя физической культуры и тренера по виду спорта.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Дисциплина «Заболевание спортсменов» входит в часть ОПОП, формируемую участниками образовательных отношений (дисциплина по выбору) бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура. Основная направленность данного предмета – формирование теоретико-практических основ проведения спортивных мероприятий в учреждениях образовательного профиля.

Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данной дисциплины, формируются в процессе изучения дисциплин «Анатомия человека», «Биохимия человека», «Спортивная физиология». Используются и дополняются также знания, полученные при освоении ряда дисциплин, связанных с теорией и методикой физической культуры и базовых видов спорта.

## 3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (перечень планируемых результатов обучения и процедура освоения).

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, Мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.	ОПК-6.1. Способен определять - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции моти-	<i>Знает</i> - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; <i>Умеет определять</i> - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции моти-	Устный опрос, Письменный опрос, написание рефератов

	<p>вации; санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- гигиенические средства восстановления;</li> <li>- гигиенические принципы закаливания;</li> <li>- методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах;</li> <li>- значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- понятие «пищевой статус»</li> </ul>	<p>вации; санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- гигиенические средства восстановления;</li> <li>- гигиенические принципы закаливания; <i>Владеет</i></li> <li>- методическими основами рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах;</li> <li>- значением и особенностями приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- понятие «пищевой статус».</li> </ul>	
	<p>ОПК-6.2. Способен</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;</li> <li>- определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья;</li> <li>- планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся;</li> <li>- использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов;</li> <li>- устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий;</li> <li>- составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания;</li> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни;</li> <li>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</li> <li>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</li> <li>- формировать у занимающихся</li> </ul>	<p><i>Знает</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;</li> <li>- определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья;</li> <li><i>Умеет</i></li> <li>- планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся;</li> <li>- использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов;</li> <li>- устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий;</li> <li><i>Владеет</i> возможностями составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания;</li> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни;</li> <li>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</li> <li>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</li> </ul>	

	<p>установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</p> <p>ОПК-6.3 Способен осуществлять</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обобщение информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- применения методик оценки физического развития детей и подростков;</li> <li>- использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся;</li> <li>- владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоёмкости пищи, методикой составления меню-раскладки.</li> <li>- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;</li> <li>- проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</li> <li>- совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов;</li> <li>- организации встреч обучающихся с известными спортсменами;</li> <li>- использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</li> </ul> <p><i>Знает</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обобщение информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- применения методик оценки физического развития детей и подростков;</li> <li>- использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся;</li> <li>- владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоёмкости пищи, методикой составления меню-раскладки.</li> <li>- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;</li> <li>- проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</li> <li>- совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов;</li> </ul> <p><i>Умеет</i> организовывать встречи обучающихся с известными спортсменами;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать приемы агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.</li> </ul>	
<p>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-7.1 Способен определять</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержания;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий;</li> <li>- приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.)</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором;</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;</li> <li>- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нару-</li> </ul>	<p><i>Знает</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержания;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> </ul> <p><i>Умеет</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составлять нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий;</li> <li>- приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.)</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором;</li> </ul> <p><i>Владеет</i> методами основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;</li> <li>- факторы и причины травматизма,</li> </ul>	<p>Устный опрос, Письменный опрос, написание рефератов</p>

	<p>шений в процессе учебной и спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li> <li>- этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</li> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечнолегочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> <li>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;</li> <li>- факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</li> <li>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке.</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;</li> <li>- причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</li> </ul> <p>ОПК-7.2. Способен</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в</li> </ul>	<p>заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li> <li>- этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</li> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> <li>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;</li> <li>- факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</li> <li>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке.</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;</li> <li>- причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</li> </ul> <p><i>Знает</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение,</li> </ul>	
--	--	--	--

	<p>бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</li> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях;</li> <li>- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;</li> <li>- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом;</li> <li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий;</li> <li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</li> <li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС;</li> <li>- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</li> </ul> <p>ОПК-7.3. Способен определять</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;</li> <li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li> </ul>	<p>доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</li> <li>-проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях;</li> <li>- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;</li> <li>- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; <i>Умеет</i></li> <li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий;</li> <li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</li> <li><i>Владеет</i> методами обеспечения безопасного выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС;</li> <li>- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</li> </ul> <p><i>Знает</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;</li> <li><i>Умеет</i> использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li> <li><i>Владеет</i> Способностью определять</li> <li>- измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;</li> <li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря</li> </ul>	
	ОПК-8.1. Способен осуществлять	<i>Знает</i>	Устный опрос, Письменный опрос, написание рефератов

<p>ОПК-8. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте;</li> <li>- международные антидопинговые правила и стандарты;</li> <li>- антидопинговое законодательство Российской Федерации;</li> <li>- современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий;</li> <li>- методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории;</li> <li>- содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий;</li> <li>- международные этические нормы в области противодействия применению допинга;</li> <li>- планы антидопинговых мероприятий.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте;</li> <li>- международные антидопинговые правила и стандарты;</li> <li>- антидопинговое законодательство Российской Федерации;</li> <li>- современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий;</li> <li><i>Умеет</i> осуществлять</li> <li>- методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории;</li> <li>- содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий;</li> <li><i>Владеет</i> международными этическими нормами в области противодействия применению допинга;</li> <li>- планами антидопинговых мероприятий.</li> </ul>
	<p>ОПК-8.2. Способен</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ;</li> <li>- осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории;</li> <li>- планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению;</li> <li>- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте;</li> <li>- выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам;</li> <li>- представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам;</li> <li>- изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ;</li> <li>- оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга;</li> <li>- изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ;</li> <li>- разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</li> </ul>	<p><i>Знает</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ;</li> <li>- осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории;</li> <li>- планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению;</li> <li>- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; <i>Умеет</i> выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам;</li> <li>- представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам;</li> <li>- изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ;</li> <li>- оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга;</li> <li><i>Владеет</i> изучением и систематизированием информации для разработки антидопинговых программ;</li> <li>- разрабатываем аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</li> </ul>
	<p>ОПК-8.3 Способен осуществлять</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия;</li> <li>- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц;</li> <li>- изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте;</li> </ul>	<p><i>Знает</i> выбор формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц;</li> <li>- изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте;</li> <li>- внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте;</li> <li>- выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ;</li> <li>- анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам;</li> <li>- разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций;</li> <li>- осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте;</li> <li>- внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте;</li> <li><i>Умеет</i> осуществлять выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ;</li> <li>- анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам;</li> <li><i>Владеет</i> разработкой и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций;</li> <li>- осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.</li> </ul>
--	---	---

#### 4. Объем, структура и содержание дисциплины.

4.1. Объем дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часов.

4.2. Структура дисциплины.

4.2.1. Структура дисциплины в очной форме

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по модулям	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	...	Самостоятельная работа в т.ч. экзамен	
<b>Модуль 1.</b>								
1.	Основы спортивной патологии.	5	2	2			4	Устный опрос, контрольная работа, написание рефератов
2.	Общая характеристика заболеваний у спортсменов.		2	2			4	
3.	Основные состояния организма и некоторые риски при занятиях физкультурой и спортом.		2	2			6	
4.	Профилактика спортивных травм и заболеваний.		2	2			6	
<i>Итого по модулю 1:</i>			8	8			20	
<b>Модуль 2.</b>								
1.	Врачебный контроль за состоянием здоровья		2	2			4	Устный опрос, контрольная работа,

	детей и подростков, занимающихся физической культурой и спортом.							написание рефератов
2.	Врачебный контроль за взрослыми, занимающимися физической культурой и спортом.		2	2			4	
3.	Врачебный контроль в процессе тренировочных занятий и соревнований.		2	2			4	
4.	Восстановление спортивной работоспособности в процесс тренировки и соревнований.		2	2			2	
5.	Оздоровительная физическая культура.		2	2			2	
	<i>Итого по модулю 2:</i>		10	10			16	
	Вид промежуточной аттестации							Зачет
	<b>ИТОГО:</b>		18	18			18	

#### 4.2.2. Структура дисциплины в заочной форме

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по модулям	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	...	Самостоятельная работа в т.ч. экзамены	
<b>Модуль 1.</b>								
1.	Основы спортивной патологии.	8					10	Устный опрос, контрольная работа, написание рефератов
2.	Общая характеристика заболеваний у спортсменов.		2				6	
3.	Основные состояния организма и некоторые риски при занятиях физкультурой и спортом.			2			6	
4.	Профилактика спортивных травм и заболеваний.						108	
	<i>Итого по модулю 1:</i>		2	2			32	
<b>Модуль 2.</b>								
1.	Врачебный контроль за		2				4	

	состоянием здоровья детей и подростков, занимающихся физической культурой и спортом.							Устный опрос, контрольная работа, написание рефератов
2.	Врачебный контроль за взрослыми, занимающимися физической культурой и спортом.			2			4	
3.	Врачебный контроль в процессе тренировочных занятий и соревнований.			2			4	
4.	Восстановление спортивной работоспособности в процесс тренировки и соревнований.						8	
5.	Оздоровительная физическая культура.		2				4	
	<i>Итого по модулю 2:</i>		4	4			24	
	Вид промежуточной аттестации					4		Зачет
	<b>ИТОГО:</b>		6	6			18	

### 4.3. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам).

#### 4.3.1. Содержание лекционных занятий по дисциплине.

##### **Модуль 1.**

##### **Тема 1. Основы спортивной патологии.**

Содержание темы:

Понятие о здоровье и болезни. Уровень и структура заболеваемости у спортсменов. Влияние направленности тренировочного процесса на заболеваемость спортсменов и ее структуру. Причины возникновения заболевания у спортсменов. Основные факторы, способствующие возникновению заболеваний у спортсменов. Очаги хронической инфекции. Иммуитет и здоровье спортсмена. Значение стресс-фактора и перегрузки в возникновении заболеваний у спортсменов.

##### **Тема 2. Общая характеристика заболеваний у спортсменов.**

Содержание темы:

Заболевания, наиболее часто встречающиеся в практике спортивной медицины. Заболевания, которые могут явиться причиной внезапной смерти при занятиях физической культурой и спортом (порок сердца, кардиомиопатия, инфаркт миокарда), Острые нарушения мозгового кровообращения. Заболевания сердечно-сосудистой системы Дистрофия миокарда вследствие физического перенапряжения (ДМФП). Тонзиллокардиальный синдром. Изменения артериального давления (АД). Нарушение ритма сердца. Заболевания нервной системы. Заболевания позвоночника. Заболевания органов пищеварения.

##### **Тема 3. Основные состояния организма и некоторые риски при занятиях физической культурой и спортом.**

Содержание темы:

Тренированность и предстартовые состояния. Утомление, переутомление и перетренированность. Гипогликемическое состояние. Гипергликемическая кома. Ортостатический обморок. Острое физическое перенапряжение. Тепловой удар. Тепловые судороги. Утопление. Анафилактический шок. Несчастные случаи в спорте: правовые вопросы. Ответственность тренерско-преподавательского состава. Внезапная смерть в спорте. Анализ причин несчастных случаев в спорте.

#### **Тема 4. Профилактика спортивных травм и заболеваний.**

Содержание темы:

Классификация восстановительных средств. Общие принципы использования средств восстановления. Фармакологические средства восстановления. Специализированное питание. Использование фармакологических средств с целью оптимизации процессов постнагрузочного восстановления и повышения физической работоспособности. Физические средства восстановления. Возмещение дефицита жидкости и электролитов в условиях спортивной деятельности. Влияние климатических факторов на функциональное состояние спортсменов. Адаптация к климату и срыв адаптации. Фазы акклиматизации. Адаптационные механизмы акклиматизации. Последствия переезда в другой временной пояс. Методы ускоренного восстановления. Питание в разных условиях: средне - высокогорья, жаркого климата, на дистанции, на сборах и соревнованиях. Парентеральное питание. Значение питания для здоровья, в профилактике болезней и восстановительных процессах. Принципы рационального питания спортсменов.

### ***Модуль 2.***

#### **Тема 1. Врачебный контроль за состоянием здоровья детей и подростков, занимающихся физической культурой и спортом.**

Содержание темы:

Особенности растущего организма. Медицинские вопросы спортивной ориентации и отбора. Особенности врачебного контроля за юными спортсменами. Особенности тренировки и возрастные факторы риска.

#### **Тема 2. Врачебный контроль за взрослыми, занимающимися физической культурой и спортом.**

Содержание темы:

Медицинский контроль в массовой физической культуре. Оздоровительное значение массовой физической культуры. Самоконтроль в массовой физической культуре. Медицинский контроль за женщинами. Врачебный контроль за лицами среднего и пожилого возраста.

#### **Тема 3. «Врачебный контроль в процессе тренировочных занятий и соревнований».**

Содержание темы:

Врачебно-педагогическое наблюдение в процессе тренировочных занятий. Формы организации врачебно-педагогических наблюдений. Методы исследования, используемые при врачебно-педагогических наблюдениях. Врачебный контроль на соревнованиях. Медицинское обеспечение соревнований. Антидопинговый контроль. Контроль половую принадлежность.

#### **Тема 4. Восстановление спортивной работоспособности в процесс тренировки и соревнований.**

Содержание темы:

Значение и оценка восстановления в спорте. Классификация восстановительных средств. Общие принципы использования средств восстановления. Специализированное питание. Фармакологические средства профилактики переутомления и восстановления работоспособности

#### **Тема 5. Оздоровительная физическая культура.**

Содержание темы:

Роль самоконтроля в массовой физической культуре. Оценка физической работоспособности в массовой физической культуре. Медицинские средства восстановления. Педагогические средства восстановления – средства, направленные на рациональное построение тренировки и ускорение восстановления. Психологические средства восстановления – средства, действие которых направлено, главным образом, на восстановление нервного равновесия и устойчивости психики спортсмена в связи с большими нагрузками и соревнованиями.

## **5. Образовательные технологии**

Для реализации компетентностного подхода предусматривается использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения аудиторных и внеаудиторных занятий с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся. В процессе преподавания применяются образовательные технологии развития критического мышления. В учебном процессе наряду с традиционными образовательными технологиями используются тематические презентации, интерактивные технологии.

## **6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.**

Самостоятельная работа студента над глубоким освоением фактического материала организуется в процессе выполнения практических заданий, подготовки к занятиям, по текущему, промежуточному и итоговому контролю знаний. Пропущенные лекции отрабатываются в форме составления реферата по пропущенной теме. Задания по самостоятельной работе разнообразны:

- оформление рабочей тетради с соответствующими методическими указаниями к работе, результатами работы и выводами по сделанной работе;
- обработка учебного материала по учебникам и лекциям, текущему, промежуточному и итоговому контролю знаний по модульно-рейтинговой системе;
- поиск и обзор публикаций и электронных источников информации при подготовке к занятиям, написании рефератов;
- работа с контрольными вопросами при самоподготовке;
- обработка и анализ статистических и фактических материалов, составление выводов на основе проведенного анализа. Результаты самостоятельной работы контролируются преподавателем и учитываются при аттестации студента (зачет). При этом проводятся экспресс-опрос на практических занятиях, заслушивание рефератов, проверка письменных контрольных работ.

### **6.1. Примерный перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы**

1. Болезнь как общая реакция организма. Стадии и формы течения болезней. Исходы.
2. Организация тестирования с максимальными нагрузками и меры предосторожности. 44. Повреждение связок при занятиях спортом: механизм развития, признаки, оказание первой помощи, профилактика.
3. Возрастные особенности организма и врачебный контроль за лицами зрелого и пожилого возраста, занимающимися физической культурой.
4. Трехмоментная функциональная проба Летунова: методика проведения, запись результатов.
5. Восстановление организма спортсменов в процессе тренировок и соревнований. 48. Перетренированность. Механизм развития, виды, стадии, признаки, двигательный режим и принципы лечения.
6. Предпатологические состояния и патологические изменения при нерациональных занятиях спортом.
7. Нокаут и нокадаун как закрытая черепно-мозговая травма, признаки, первая помощь, двигательный режим.

8. Предпатологические состояния и патологические изменения, развивающиеся вследствие хронического физического перенапряжения.
9. Физические средства восстановления работоспособности спортсмена.
10. Заболевания и травмы нервной системы у спортсменов.
11. Обморок. Механизм развития, симптомы, профилактика, первая помощь.
12. Заболевания периферической нервной системы у спортсменов.
13. Задачи и организация врачебно-педагогических наблюдений в процессе тренировочных занятий. Формы врачебно-педагогических наблюдений.
14. Повреждения и перенапряжения опорно-двигательного аппарата у спортсменов.
15. Медицинское обследование спортсмена, характеристика методов исследования. Анамнез, его виды и значение.

## **7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.**

### **7.1. Типовые контрольные задания**

#### **7.1.1. Примерная тематика рефератов.**

1. Адаптивные процессы при тренировке.
2. Терморегуляция у спортсменов. Температура тела в условиях физической нагрузки.
3. Акклиматизация при занятиях спортом.
4. Энерготраты во время занятий оздоровительной физкультурой.
5. Переутомление и перетренированность спортсменов.
6. Основные средства восстановления физической работоспособности спортсменов.
7. Оздоровительная физическая культура и ее влияние на организм человека.
8. Физиологические основы спортивной специализации в школьном возрасте.
9. Питание как фактор восстановления работоспособности спортсменов.
10. Здоровье и основные его критерии. Болезнь, ее течение, формы, периоды, исходы.
11. Заболевания сердечно-сосудистой системы и их причины. Основные симптомы.
12. Заболевания системы дыхания. Причины, симптомы, профилактика.
13. Заболевания органов пищеварения: причины, симптомы, диагностика. Осложнения.
14. Заболевания опорно-двигательного аппарата.

#### **7.1.2 Примерный перечень вопросов к зачету**

1. Понятие о здоровье и болезни. Уровень и структура заболеваемости у спортсменов.
2. Влияние направленности тренировочного процесса на заболеваемость спортсменов и ее структуру.
3. Причины возникновения заболевания у спортсменов.
4. Основные факторы, способствующие возникновению заболеваний у спортсменов.
5. Очаги хронической инфекции. Иммуитет и здоровье спортсмена.
6. Значение стресс-фактора и перегрузки в возникновении заболеваний у спортсменов.
7. Заболевания, наиболее часто встречающиеся в практике спортивной медицины.
8. Заболевания, которые могут явиться причиной внезапной смерти при занятиях физической культурой и спортом.
9. Заболевания сердечно-сосудистой системы.
10. Дистрофия миокарда вследствие физического перенапряжения.
11. Тонзиллокардиальный синдром.
12. Изменения артериального давления (АД). Нарушение ритма сердца.
13. Заболевания нервной системы.
14. Заболевания позвоночника.
15. Заболевания органов пищеварения.
16. Тренированность и предстартовые состояния.
17. Утомление, переутомление и перетренированность.
18. Гипогликемическое состояние. Гипергликемическая кома.

19. Ортостатический обморок. Острое физическое перенапряжение.
20. Тепловой удар. Тепловые судороги.
21. Анафилактический шок. Утопление.
22. Несчастные случаи в спорте: правовые вопросы. Внезапная смерть в спорте.
23. Ответственность тренерско-преподавательского состава.
24. Классификация восстановительных средств. Общие принципы использования средств восстановления.
25. Фармакологические средства восстановления.
26. Использование фармакологических средств с целью оптимизации процессов пост-нагрузочного восстановления и повышения физической работоспособности.
27. Физические средства восстановления.
28. Влияние климатических факторов на функциональное состояние спортсменов.
29. Адаптация к климату и срыв адаптации.
30. Специализированное питание. Питание в разных условиях: средне - высокогорья, жаркого климата, на дистанции, на сборах и соревнованиях.
31. Значение питания для здоровья, в профилактике болезней и восстановительных процессах.
32. Особенности растущего организма. Медицинские вопросы спортивной ориентации и отбора.
33. Особенности врачебного контроля за юными спортсменами.
34. Особенности тренировки и возрастные факторы риска.
35. Медицинский контроль в массовой физической культуре. Оздоровительное значение массовой физической культуры.
36. Самоконтроль в массовой физической культуре.
37. Врачебный контроль за лицами среднего и пожилого возраста.
38. Врачебно-педагогическое наблюдение в процессе тренировочных занятий. Формы организации врачебно-педагогических наблюдений.
39. Методы исследования, используемые при врачебно-педагогических наблюдениях.
40. Врачебный контроль на соревнованиях. Медицинское обеспечение соревнований. Антидопинговый контроль.
41. Значение и оценка восстановления в спорте. Классификация восстановительных средств.
42. Общие принципы использования средств восстановления.
43. Фармакологические средства профилактики переутомления и восстановления работоспособности.
44. Роль самоконтроля в массовой физической культуре.
45. Медицинские средства восстановления.
46. Педагогические средства восстановления.
47. Психологические средства восстановления.

## **7.2. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.**

Общий результат выводится как интегральная оценка, складывающаяся из текущего контроля - 30% и промежуточного контроля - 70%.

Текущий контроль по дисциплине включает:

- посещение занятий - 5 баллов
- участие на практических занятиях – 15 баллов
- выполнение самостоятельной работы (подготовка рефератов) – 10 баллов

Промежуточный контроль по дисциплине включает:

- контрольная работа - 70 баллов.

### **Критерии оценки посещения занятий**

Оценка выставляется в соответствии с процентом занятий, которые посетил студент из всего количества аудиторных занятий, предусмотренных дисциплиной.

#### **Критерии оценки участия на практических занятиях (устный опрос)**

Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.

Критерии оценивания устного опроса:

86-100 баллов ставится, если студент полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

66-85 баллов ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для 86-100 баллов, но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

51-65 балл ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

0-50 баллов ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.

#### **Критерии оценки контрольной работы**

Письменная контрольная работа состоит из трех теоретических вопросов:

86-100 баллов – студент, показал всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, самостоятельно ответил на вопросы, ответ отличается богатством и точностью использованных терминов, материал излагается последовательно и логично; показал отличные владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач.

66-85 баллов – студент, показал полное знание учебного материала, не допускающий в ответе существенных неточностей, самостоятельно выполнивший ответивший на вопросы; показал хорошие владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач.

51-65 балл – студент, обнаруживший знание основного учебного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы, самостоятельно выполнивший задания, однако допустивший некоторые погрешности при ответе на вопросы;

0-50 баллов – выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях или отсутствие знаний по значительной части основного учебного материала, не выполнившего задания, допустившему принципиальные ошибки при ответе на вопросы, продемонстрировал недостаточный уровень владения умениями и навыками при решении профессиональных задач.

#### **Критерии оценки самостоятельной работы (подготовка реферата)**

Основными показателями оценки выполненной студентом и представленной для проверки самостоятельной работы являются:

1. Степень соответствия выполненного задания поставленным целям, задачам и требованиям;
2. Оформление, структурирование реферата;
3. Уникальность выполненной работы (отличие от работ коллег);
4. Успешные ответы на контрольные вопросы.

Критерии оценки самостоятельной работы:

86-100 баллов – студент правильно выполнил индивидуальное самостоятельное задание. Показал отличное владение навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. Ответил на все дополнительные вопросы на защите.

66-85 баллов - студент выполнил индивидуальное самостоятельное задание с небольшими неточностями. Показал хорошие владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. Ответил на большинство дополнительных вопросов на защите.

51-65 балл – студент выполнил индивидуальное самостоятельное задание с существенными неточностями. Показал удовлетворительное владение навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. При ответах на дополнительные вопросы на защите было допущено много неточностей.

0-50 баллов – при выполнении индивидуального самостоятельного задания студент продемонстрировал недостаточный уровень владения умениями и навыками при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. При ответах на дополнительные вопросы на защите было допущено множество неточностей.

### **Критерии оценки зачета**

Проверка качества подготовки студентов на зачете заканчивается выставлением «зачтено» или «не зачтено».

«Зачтено»:

86-100 баллов - студент владеет знаниями по дисциплине в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину; самостоятельно, в логической последовательности и исчерпывающе отвечает на все вопросы билета, подчеркивая при этом самое существенное, умеет анализировать, сравнивать, классифицировать, обобщать, конкретизировать и систематизировать изученный материал, выделять в нем главное: устанавливать причинно-следственные связи; четко формирует ответы; хорошо знаком с основной литературой; увязывает теоретические аспекты дисциплины с прикладными задачами исследования операций и методов оптимизации.

66-85 баллов – студент владеет знаниями дисциплины почти в полном объеме программы (имеются пробелы знаний только в некоторых, особенно сложных разделах); самостоятельно и отчасти при наводящих вопросах дает полноценные ответы на вопросы билета; не всегда выделяет наиболее существенное, не допускает вместе с тем серьезных ошибок в ответах.

51-65 балл - студент владеет основным объемом знаний по дисциплине; проявляет затруднения в самостоятельных ответах, оперирует неточными формулировками; в процессе ответов допускаются ошибки по существу вопросов.

«Не зачтено»:

0-50 баллов - студент не освоил обязательного минимума знаний дисциплины, не способен ответить на вопросы даже при дополнительных наводящих вопросах преподавателя.

## **8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.**

### **а) адрес сайта курса**

1. <http://elib.dgu.ru>
2. <http://edu.icc.dgu.ru>

### **б) основная литература:**

1. Николаев, В. С. Двигательная активность и здоровье человека: (теоретико-методические основы оздоровительной физической тренировки) [Электронный ресурс] : учеб. пособие /

- В. С. Николаев, А. А. Щанкин. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 80 с. : ил. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362769>.
2. Шарипова Г.К., Косырева И.И. Рожко Г.Т. Патологические состояния и заболевания у спортсменов: Методические рекомендации. – Тараз: Тараз университети, 2018. – 66 с.

### **в) дополнительная литература:**

1. Белова, Л. В. Спортивная медицина: учебное пособие / Л. В. Белова. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2016. — 149 с. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/66109.html>. — Режим доступа: для авторизир. Пользователей.
2. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина: учебное пособие. Курс лекций и практические занятия / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. — Москва: Издательство «Спорт», Человек, 2018. — 712 с. — ISBN 978-5-906839-52-7. — Текст: электронный // Электроннобиблиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/77241.html>. — Режим доступа: для авторизир. Пользователей.
3. Смоленский А.В. Заболевания спортсменов. Учебное пособие для студентов / А.В. Смоленский – Москва: Издательство «ГЦОЛИФК», 2016.= 180 с.

## **9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.**

Даггосуниверситет имеет доступ к комплектам библиотечного фонда основных отечественных и зарубежных академических и отраслевых журналов по профилю подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 Физическая культура:

- 1) ЭБС IPRbooks: <http://www.iprbookshop.ru/>
- 2) Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 3) Доступ к электронной библиотеке на <http://elibrary.ru> на основании лицензионного соглашения между ФГБОУ ВО ДГУ и «ООО» «Научная Электронная библиотека».
- 4) Moodle [Электронный ресурс]: система виртуального обучением: [база данных] / Даг. гос. ун-т. – Махачкала, г. – Доступ из сети ДГУ или, после регистрации из сети ун-та, из любой точки, имеющей доступ в интернет. – URL: <http://moodle.dgu.ru/>.

## **10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.**

Данные методические указания по курсу «Заболевание спортсменов» соответствуют положениям Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования и предназначены для организации работы студентов факультета физической культуры и спорта Дагестанского государственного университета. Дисциплина «Заболевание спортсменов» предполагает комплексное использование всех форм аудиторных (лекции, выполнение письменных заданий) и неаудиторных (индивидуальные консультации с преподавателем, самостоятельная работа студентов, написание рефератов) занятий.

### **Организация деятельности студента по конкретным видам учебных занятий.**

**Лекционный курс.** Лекция является основной формой обучения в высшем учебном заведении. В ходе лекционного курса проводится систематическое изложение современных научных материалов, освещение основных проблем биохимии. Краткие записи лекций (конспектирование) помогает усвоить материал. Работая над конспектом лекций, всегда следует использовать не только учебник, но и ту литературу, которую дополнительно рекомендовал лектор. По результатам работы с конспектом лекции следует обозначить вопросы,

термины, материал, который вызывают трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на практическом занятии. Студенту необходимо активно работать с конспектом лекции: после окончания лекции рекомендуется перечитать свои записи, внести поправки и дополнения на полях. Конспекты лекций следует использовать при выполнении самостоятельных заданий, при подготовке к практическим занятиям и зачету.

**Практические занятия.** Проработка рабочей программы, уделяя особое внимание целям и задачам структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.). Прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решение задач по алгоритму и др.

**Реферат.** Реферат – это обзор и анализ литературы на выбранную Вами тему. Реферат это не списанные куски текста с первоисточника. Для написания реферата необходимо найти литературу и составить библиографию, использовать от 3 до 5 научных работ, изложить мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложить основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата. Недопустимо брать рефераты из Интернета. Тема реферата выбирается Вами в соответствии с Вашими интересами. Необходимо, чтобы в реферате были освещены как теоретические положения выбранной Вами темы, так и проанализированы конкретные примеры. Реферат оформляется в виде машинописного текста на листах стандартного формата (А4). Структура реферата включает следующие разделы:

- титульный лист;
- оглавление с указанием разделов и подразделов;
- введение, где необходимо указать актуальность проблемы, новизну исследования и практическую значимость работы;
- литературный обзор по разделам и подразделам с анализом рассматриваемой проблемы;
- заключение с выводами;
- список используемой литературы. Желательное использование наглядного материала - таблицы, графики, рисунки и т.д. Все факты, соображения, таблицы, рисунки и т.д., приводимые из литературных источников студентами, должны быть сопровождаемы ссылками на источник информации. Недопустимо компоновать реферат из кусков дословно заимствованного текста различных литературных источников. Использованные материалы необходимо комментировать, анализировать и делать соответственные и желательные собственные выводы. Все выводы должны быть ясно и четко сформулированы и пронумерованы. Список литературы оформляется строго по правилам Государственного стандарта. Реферат должен быть подписан автором, который несет ответственность за проделанную работу. Защита реферата продолжается в течение 5-7 минут по плану. Выступающему студенту, по окончании представления реферата, могут быть заданы вопросы по теме реферата. Рекомендуемый объем реферата 10-15 страниц компьютерного (машинописного) текста.

**Контрольная работа.** Контрольная работа выполняется с целью закрепления знаний, полученных студентом в ходе лекционных и семинарских занятий и приобретения навыков самостоятельного понимания и применения нормативно-правовых актов и специальной литературой. Содержание подготовленного студентом ответа на поставленные вопросы контрольной работы должно показать знание студентом теории вопроса и практического ее разрешения. Контрольная работа выполняется студентом в срок, установленный преподавателем в письменном или устном виде. Перед написанием работы необходимо внимательно ознакомиться с содержанием вопросов по лекции, учебнику, изучить рекомендуемую литературу. Ответы на контрольные вопросы должны быть полными, обстоятельно изложены и в целом раскрывающими содержание вопроса.

**Самостоятельная работа.** Самостоятельная работа проводится с целью: систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся; углубления и расширения теоретических знаний студентов; формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию, учебную и специальную литературу; развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности, организованности; формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, совершенствованию и самоорганизации; формирования профессиональных навыков; развитию исследовательских умений студентов. Самостоятельная работа студентов включает:

- проработка учебного материала (по конспектам лекций учебной и научной литературе);
- поиск и обзор научных публикаций и электронных источников по тематике дисциплины;
- выполнение курсовых работ (проектов);
- написание рефератов;
- работа с вопросами для самопроверки.

Формы контроля самостоятельной работы: просмотр и проверка выполнения самостоятельной работы преподавателем; организация самопроверки, взаимопроверки выполненного задания в группе; обсуждение результатов выполненной работы на занятии; проведение письменного опроса; проведение устного опроса.

**Подготовка к зачету.** При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу, рабочую программу дисциплины.

Основное в подготовке к сдаче зачета - это повторение всего материала дисциплины, по которому необходимо сдавать зачет. В период подготовки к зачету студент вновь обращается к уже изученному (пройденному) учебному материалу. Подготовка студента к зачету включает в себя три этапа: самостоятельная работа в течение семестра; непосредственная подготовка в дни, предшествующие зачету по темам курса; подготовка к ответу на задания, содержащиеся в билетах и тестах зачета.

## **11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.**

Для создания, просмотра и редактирования документов (лекций, рефератов) используются такие программные средства как Microsoft Excel; Microsoft Word, Power Point. На семинарских и практических занятиях студенты представляют презентации, подготовленные с помощью программного приложения Microsoft PowerPoint, подготовленные ими в часы самостоятельной работы. В качестве технологий для самостоятельной работы студентов используется электронная библиотека курса и интернет-ресурсы.

## **12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.**

Реализация программы предполагает наличие учебных кабинетов: лекционная аудитория, оборудованная видеопроекционной аппаратурой, экраном, компьютером. Кабинет для практических занятий (компьютерный класс), имеющий видеопроекционную аппаратуру с возможностью подключения к ПК, экран, персональные компьютеры с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети Интернет.