

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФГБОУ ВПО «ВОЛОГОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

УТВЕРЖДАЮ



"20" сентября 2011 г.

**Рабочая программа дисциплины**

**СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА**

Специальность

**050720 Физическая культура**

Форма обучения

*Заочная*

Вологда

2011



## 1. Пояснительная записка:

Базируясь на теоретических медико-биологических дисциплинах учебного плана, спортивная медицина является прикладной дисциплиной, непосредственно направленной на профессиональную подготовку специалиста в области физической культуры и спорта.

Теоретические и практические навыки, полученные при изучении основных разделов курса спортивная медицина, способствуют оптимальному планированию и коррекции учебно-тренировочного процесса и достижению высокого спортивного результата при сохранении здоровья спортсмена.

Освоение курса спортивной медицины позволит совершенствовать систему знаний в области спортивной науки в соответствии с профессиональным стандартом.

**Целью** освоения дисциплины является: сформировать у студентов знания, исследовательские и практические умения по организации медико-педагогического обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

### **Задачи изучения дисциплины.**

1. Приобретение студентами основ знаний об общей и спортивной патологии.
2. Освоение студентами системы мероприятий по предупреждению заболеваний и травм у спортсменов.
3. Освоение студентами правил оказания неотложной помощи при наиболее частных травмах и острых патологических состояниях при занятиях спортом.
4. Овладение студентами комплекса методов оценки уровня физического развития, тестирования общей и специальной физической работоспособности, тестирования функционального состояния различных систем организма для оптимизации учебно-тренировочного процесса.
5. Ознакомление студентов с правилами организации медицинского обеспечения занятий, соревнований и тренировочных сборов.
6. Ознакомление студентов с классификацией и общими принципами использования средств повышения спортивной работоспособности и ускорения восстановительных процессов.

Учебная работа проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий, аудиторные занятия – в виде лекций и практических занятий. Внеаудиторные занятия представлены в виде самостоятельной работы в соответствии с тематическим планом.

На лекциях студенты изучают структуру службы спортивной медицины, её задачу и организацию работы. Знакомятся с современными методами исследования, применяемыми в спортивной медицине, а на лабораторных занятиях они овладевают навыками использования наиболее важных методик.

Самостоятельная работа студентов включает изучение и углубление знаний по основной и дополнительной литературе.

Данная дисциплина тесно взаимосвязана с другими дисциплинами, в частности с «Биомеханикой двигательной деятельности человека», «Биохимией человека», «Анатомией», «Физиологией», «Гигиеническими основами физкультурно-спортивной деятельности», «Теорией и методикой физической культуры».

Специалист в области физической культуры и спорта должен знать:

- основы общей патологии;
- влияние физических упражнений на органы и системы, морфо-функциональные особенности организма спортсмена.
- основы теории спортивных измерений, инструментальных методов контроля в физкультурно-спортивной практике;

- организацию медицинского обеспечения спортивных соревнований;
- классификацию и общие принципы использования средств повышения спортивной работоспособности и ускорения восстановительных процессов;
- причины и признаки предпатологических и патологических состояний, заболеваний и травм, возникающих при занятиях спортом, меры их профилактики;
- правила оказания неотложной помощи при наиболее частых травмах и острых патологических состояниях при занятиях спортом.

Специалист в области физической культуры и спорта должен уметь:

- определять и оценивать уровень физического развития занимающихся физической культурой и спортом и проводить простейшие функциональные пробы;
- осуществлять медико-биологический и педагогический контроль состояния организма учащегося в процессе проведения занятий физической культуры с использованием инструментальных методов;
- планировать мероприятия по профилактике травматизма, использовать различные средства и методы физической реабилитации организма;
- организовать медицинское обеспечение соревнований и сборов;
- осуществлять систему мероприятий по предупреждению заболеваний и травм у спортсменов;
- оказывать первую доврачебную помощь при острых патологических состояниях и травмах, возникающих при занятиях спортом.

**2. Извлечение из ГОС ВПО специальности (направления), содержащее требования к обязательному минимуму содержания и общее количество часов (выписка).**

ВЫПИСКА из государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по специальности 050720 – «Физическая культура» от 31.01 2005 г.

### **Спортивная медицина ДПП.Ф.10**

Спортивная медицина. основы общей патологии; физическое развитие; характеристика функционального состояния спортсмена; диагностика физической работоспособности и функциональной готовности спортсмена; медико-педагогический контроль в процессе тренировочных занятий и соревнований; медицинский контроль в массовой физической культуре; средства восстановления спортивной работоспособности: педагогические, психологические, медицинские, физические; спортивная патология.

### **ВЫПИСКА ИЗ УЧЕБНОГО ПЛАНА СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Семестры</b>
Аудиторные занятия	62	8
Лекции	10	8
Практические занятия	8	8
Самостоятельная работа	112	
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>130</b>	
<b>Вид итогового контроля</b>		9 - экзамен

### 3. Объем дисциплины и виды учебной работы:

№ п/п	Шифр и наименование специальности	Курс	Семестр	Виды учебной работы в часах						Вид итогового контроля (форма отчетности)
				Трудоемкость	Всего аудитор.	ЛК	ПР/СМ	ЛБ	Сам. работа	
1	050720 «Физическая культура»	4	8	130	81	0			02	9 сем. экзамен

### 4. Учебно-тематический план (содержание дисциплины)

4.1. Разделы дисциплины и виды занятий (в часах). Примерное распределение учебного времени:

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов				
		Вариант 1				
		Всего ауд.	ЛК	ПР/СМ	ЛБ	Сам. раб.
1	<b>Раздел: Введение в предмет «Спортивная медицина»</b>	<b>1</b>	<b>1</b>			<b>18</b>
	<i>Тема:</i> История развития, современной спортивной медицины		1			
	<i>Тема:</i> Организация службы спортивной медицины.					
2	<b>Раздел: Основы общей патологии</b>	<b>1</b>	<b>1</b>			
	<i>Тема:</i> Учение о здоровье и болезни					
	<i>Тема:</i> Типовые патологические процессы		1			
3	<b>Раздел: Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом.</b> <i>Тема:</i> Виды врачебного контроля в спорте.	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>		<b>42</b>

	<i>Тема:</i> Исследование функционального состояния отдельных систем организма		2	4		
	<i>Тема:</i> Врачебный контроль в спорте за различными контингентами лиц					
4	<b>Раздел: Спортивная патология</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>		<b>30</b>
	<i>Тема:</i> Спортивные травмы		1	2		6
	<i>Тема:</i> Неотложные состояния в практике спорта		1			6
	<i>Тема:</i> Средства восстановления работоспособности спортивной			2		6
5	<b>Раздел: Медицинское обеспечение соревнований.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			<b>12</b>
<b>Итого:</b>		<b>18</b>	<b>10</b>	<b>8</b>		<b>102</b>

#### 1.4.2. Содержание разделов дисциплины:

##### **Раздел 1: Введение в предмет**

*Тема 1:* История развития, современной спортивной медицины.

Цели, задачи и содержание спортивной медицины. История развития, организация и содержание современной спортивной медицины. Место спортивной медицины в подготовке тренера и преподавателя.

*Тема 2:* Организация службы спортивной медицины.

Организация службы спортивной медицины. Задачи, структура и организация работы диспансера.

##### **Раздел 2: Основы общей патологии.**

*Тема 1:* Учение о здоровье и болезни.

Понятия: здоровье, донозологическое состояние, болезнь. Общее учение о болезни. Этиология и патогенез. Роль наследственности в патологии. Реактивность организма. Аллергия.

*Тема 2:* Типовые патологические процессы.

Расстройства кровообращения, нарушение обмена веществ в тканях, некроз, воспаление, атрофия, гипертрофия, опухоли. Терминальные состояния.

##### **Раздел 3: Врачебно- педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом.**

*Тема 1:* Виды врачебного контроля в спорте.

Первичный медицинский контроль. Ежегодный медицинский контроль. Текущий медицинский контроль. Срочный медицинский контроль. Дополнительное медицинское

обследование. Самоконтроль. Особенности сбора анамнеза у спортсменов. Учение о физическом развитии. Соматоскопия. Антропометрия.

*Тема 2:* Исследование функционального состояния отдельных систем организма

Функциональное состояние организма спортсмена и диагностика тренированности ЦНС и периферической нервной системы, нервно-мышечного аппарата. Нарушения функционального состояния ЦНС. Функциональное состояние сенсорных систем организма спортсмена. Исследование зрительного и слухового анализаторов. Функциональное состояние дыхательной системы спортсменов. Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы спортсменов. Общая характеристика заболеваний кардио-респираторной системы и особенности их течения у спортсменов. Функциональное состояние системы пищеварения, выделения, крови и эндокринной системы у спортсменов. Патология ЖКТ, выделительной системы у спортсменов. Врачебный контроль в массовой физической культуре и спорте.

*Тема 3:* Особенности врачебного контроля за детьми, юношами и женщинами.

#### **Раздел 4: Спортивная патология.**

*Тема 1:* Спортивные травмы.

Анализ заболеваемости спортсменов. Влияние специфики занятий физической культурой и спортом на спортивную патологию. Спортивные травмы их причины и профилактика.

*Тема 2:* Неотложные состояния в практике спорта.

Обмороки, гипогликемическое состояние, острая горная болезнь, утопление, обжигание грудной клетки (этиология, патогенез, помощь). Перетренированность, перенапряжение.

*Тема 3:* Средства восстановления спортивной работоспособности.

Классификация восстановительных средств. Общие принципы использования средств восстановления. Педагогические средства восстановления. Психологические средства восстановления. Медицинские средства восстановления. Физические средства восстановления.

#### **Раздел 5: Медицинское обеспечение спортивных соревнований.**

Обязанности врача при проведении спортивных соревнований. Допинг. Антидопинговый контроль. Патологические реакции воздействия на организм спортсмена при применении допинговых препаратов.

#### 4.3. Темы для самостоятельного изучения.

п/п	Наименование раздела дисциплины. Тема.	Форма самостоятельной работы	Ко л-во часов	Форма контроля выполнения самостоятельной работы
.	<i>Раздел:</i> Введение в предмет «Спортивная медицина» <i>Тема:</i> История развития, современной спортивной медицины	Конспектирование Тестирование	2	Проверка конспекта

	<i>Тема:</i> Организация службы спортивной медицины.		4	Проверка теста
	<i>Раздел:</i> Основы общей патологии <i>Тема:</i> Учение о здоровье и болезни <i>Тема:</i> Типовые патологические процессы	Тестирование Собеседование	8	Проверка теста Собеседование
		Тестирование Собеседование	10	Проверка теста Собеседование
	<i>Раздел:</i> Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом. <i>Тема:</i> Виды врачебного контроля в спорте. <i>Тема:</i> Исследование функционального состояния отдельных систем организма <i>Тема:</i> Врачебный контроль в спорте за различными контингентами лиц	Тестирование	8	Проверка теста
		Тестирование	8	Проверка теста
		Тестирование	6	Проверка теста
	<i>Раздел:</i> Спортивная патология <i>Тема:</i> Спортивные травмы <i>Тема:</i> Неотложные состояния в практике спорта <i>Тема:</i> Средства восстановления спортивной работоспособности	Тестирование Тестирование	6	Проверка теста
		Тестирование	6	Проверка теста
		Тестирование	6	Проверка теста
	<i>Раздел:</i> Медицинское обеспечение спортивных соревнований.	Тестирование	4	Проверка теста

## 5. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.

### а) основная литература:

1. Дубровский В. И. Спортивная медицина [Текст] : учеб. для вузов по пед. спец. / В. И. Дубровский. - 3-е изд., доп. - М. : Владос, 2005. - 528 с. : ил.
2. Ромашин, О. В. Некоторые неотложные состояния в практике спортивной медицины [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / О. В. Ромашин. - Москва : Советский спорт, 2011.- Режим доступа: <http://e.lanbook.com/view/book/4108/>

### б) дополнительная литература:

1. Граевская Н. Д. Медицинские средства восстановления работоспособности спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 128 с.
2. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия. В 2-х частях. Учебное пособие.- М.: Советский спорт, 2004.
3. Детская спортивная медицина /Под ред. С.Б.Тихвинского и С.В.Хрущева. – Руководство для врачей. – М.: Медицина, 1991. – 560с.
4. Дубровский В.И. Спортивная медицина. – М.: Гуманит. изд. центр. ВЛАДОС, 1998. – 480с.
5. Журавлева А.И., Граевская Н.Д. Спортивная медицина и лечебная физкультура/Руководство. – М.: Медицина. – 1993. – 432с.
6. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник. – М.: Советский спорт, 2004. – 480с.
7. Макарова Г.А., Локтев С.А. Медицинский справочник тренера. - М.: Советский спорт, 2005. – 587с.
8. Поляев, Б. А. Зарубежный и отечественный опыт организации службы спортивной медицины и подготовки спортивных врачей [Электронный ресурс] / Б. А. Поляев, И. А. Белолипецкая, Г. А. Макарова. - Москва : Советский спорт, 2005. - 151 с.- Режим доступа: <http://e.lanbook.com/view/book/4105/>

в) интернет ресурсы:

1. <http://lfksport.ru/>
2. <http://www.sportmedicine.ru/>
3. <http://sportmedi.ru/>

**6. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Сантиметровая лента, калипер, ростомер, весы, кистевой динамометр, становой динамометр, электрокардиограф, секундомер, метроном, тонометр, скользящий циркуль.

**7. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.**

7.1. Примерные зачетные тестовые задания.

**Задание 1.** Установите последовательность.

Фазы, наблюдаемые при умирании организма

- 1 - клиническая смерть
- 2 - агония
- 3 -- преагония
- 4 - биологическая смерть

**Задание 2.** Выберите один правильный ответ

Продолжительность клинической смерти у человека не превышает

- 1 - 1-2 мин
- 2 - 3-4 мин
- 3 - 7-8 мин
- 4 - 10-12 мин

**Задание 3.** Установите соответствие.

Виды заболеваний	длительность
Хронические	До 2 нед.
Острые	Свыше 6-8 нед.
Подострые	От 2 до 6 нед

**Задание 4.** Дополните.

Избыточное содержание крови в тканях называется ...

**Задание 5.** Дополните.

Процесс циркуляции в крови каких-либо частиц, не встречающихся в нормальных условиях, и закупорки ими сосудов называется ...

**Задание 6.** Дополните.

Тип тромба состоящий из тромбоцитов, фибрина и лейкоцитов называется...

**Задание 7.** Выберите один правильный ответ.

Вид гипертрофии встречающийся при хроническом воспалении, нарушении лимфообращения называется

- 1 - нейрогуморальная
- 2 - рабочая
- 3 - викарная
- 4 - гипертрофические разрастания

**Задание 8.** Выберите один правильный ответ.

Комплекс изменений в организме, которые возникают в ответ на действие внешних факторов не связанных с иммунным ответом называется

- 1 - видовая реактивность
- 2 - групповая реактивность
- 3 - индивидуальная реактивность
- 4 - физиологическая реактивность
- 5 - патологическая реактивность
- 6 - специфическая реактивность
- 7 - неспецифическая реактивность

**Задание 9.** Выберите один правильный ответ.

Вид артериальной гиперемии развивающийся в случаях устранения фактора сдавливающего артерии и вызывающий малокровие ткани называется

- 1 - вакатная
- 2 - ангионевротическая
- 3 - коллатеральная
- 4 - постанемическая
- 5 - воспалительная

**Задание 10** Выберите один правильный ответ.

Вид местной ишемии развивающийся при сдавливании артерии опухолью, выпотом, жгутом и т.п. называется

- 1 - компрессионная ишемия
- 2 - обтурационная ишемия
- 3 - ангиоспастическая ишемия

**Задание 11** Дополните.

Накопление крови в тканях или полости тела вызванное кровотечением называется...

**Задание 12** Дополните.

Механизм дистрофии при котором происходит избыточное поступление продуктов обмена из крови и лимфы в клетки или межклеточное вещество называется...

**Задание 13** Дополните.

Прижизненное уменьшение объема органов, тканей, клеток, сопровождающееся ослаблением или прекращением их функции называется ...

**Задание 14** Дополните.

Энтерит, нефрит, перитонит, гастрит, стоматит, миокардит, дуоденит – речь идет о...

**Задание 15.** Выберите один правильный ответ.

Вид обследования предусматривающий оценку изменений, происходящих в организме во время выполнения упражнений и в ближайший восстановительный период называется

- 1 - первичное

- 2 - ежегодные углубленные
- 3 - дополнительное
- 4 - этапное
- 5 - текущее
- 6 - срочное
- 7 - самоконтроль

**Задание 16.** Дополните.

Сокрытие своих болезненных ощущений называется ...

**Задание 17.** Выберите один правильный ответ.

При обследовании сердечно-сосудистой системы метод аускультации применяется для

- 1 - выслушивания тонов и шумов сердца
- 2 - исследование границ сердца
- 3 - определение расположения верхушечного толчка, болезненные толчки, наличие отеков

- 4 - определения артериального давления
- 5 - определения частоты сердечных сокращений

**Задание 18.** Выберите один правильный ответ.

Метод электрокардиографии позволяет судить о

- 1 - силе сокращений сердца
- 2 - сердечном выбросе
- 3 - характере возникновения и распространения возбуждения по миокарду
- 4 - тонах сердца
- 5 - объеме циркулирующей крови (ОЦК)

**Задание 19.** Выберите один правильный ответ.

По электрокардиограмме в классическом варианте можно судить о

- 1 - силе сокращений сердца
- 2 - сердечном выбросе
- 3 - характере возникновения и распространения возбуждения по миокарду
- 4 - тонах сердца
- 5 - объеме циркулирующей крови (ОЦК)

**Задание 20.** Выберите один правильный ответ.

Зубец Р на электрокардиограмме отражает

- 1 - возбуждение (вектор деполяризации) желудочков
- 2 - реполяризацию желудочков
- 3 - возбуждение (вектор деполяризации) предсердий
- 4 - гиперполяризацию предсердий
- 5 - гиперполяризацию желудочков

**Задание 21.** Выберите один правильный ответ.

Время проведения возбуждения по предсердиям характеризуется

- 1 - длительностью зубца Р
- 2 - длительностью сегмента Р–Q
- 3 - длительностью интервала Р–Q
- 4 - длительностью интервала Т–Р
- 5 - длительностью интервала R–R

**Задание 22.** Выберите один правильный ответ.

Наблюдаются периодические изменения ритма сердечных циклов, связанные с фазами дыхания. Форма предсердных и желудочковых комплексов не изменяется. Интервал RR то удлиняется, то укорачивается

- 1 - синусовая тахикардия
- 2 - синусовая брадикардия
- 3 - синусовая аритмия

- 4 - экстрасистолия
- 5 - пароксизмальная тахикардия
- 6 - мерцательная аритмия

**Задание 23.** Выберите один правильный ответ.

На ЭКГ наблюдается появление преждевременных сокращений сердца, обусловленные импульсом, исходящим из различных отделов сердца или самого синусового узла.

- 1 - синусовая тахикардия
- 2 - синусовая брадикардия
- 3 - синусовая аритмия
- 4 - экстрасистолия
- 5 - пароксизмальная тахикардия
- 6 - мерцательная аритмия

**Задание 24.** Дополните.

V1 Шумы не связанные с патологией сердца, регистрирующиеся у 80 – 90% детей называются ...

V2 Шумы связанные с изменениями в миокарде называются ...

V3 Шумы связанные с анатомическим дефектом в сердце называются ...

**Задание 25.** Выберите один правильный ответ.

Наиболее неблагоприятным на физическую нагрузку при проведении пробы Летунова является тип реакции

- 1 – нормотонический
- 2 – дистонический
- 3 – гипертонический
- 4 – со ступенчатым подъемом мах АД восстановления
- 5 – гипотонический тип

**Задание 26.** Выберите несколько правильных ответов.

Обязательное обследование слухового анализатора проводится при занятиях

- 1 – фигурным катанием
- 2 – стрелковым спортом
- 3 – тяжелой атлетикой
- 4 – биатлоном
- 5 – гимнастикой
- 6 – игровыми видами спорта
- 7 – пятиборьем
- 8 – боксом
- 9 – бобслеем
- 10 – прыжками в воду

**Задание 27.** Выберите несколько правильных ответов.

Для обследования состояния автономной нервной системы можно использовать

- 1 – пробу Ашнера
- 2 – пробу Воячека
- 3 – ортостатическая пробу
- 4 – пробу Ромберга
- 5 – клиностатическую пробу
- 6 – местный дермографизм

**Задание 28.** Выберите один правильный ответ.

Для определения остроты зрения используют

- 1 – таблицу Анфимова
- 2 – таблицу Головина и Сивцева
- 3 - таблицу Менделеева
- 4 – таблицу Брадиса

**Задание 29.** Выберите один правильный ответ.

Для исследования биоэлектрической активности мозга используют метод

- 1 – рентгенографии
- 2 – эхоэнцефалографии
- 3 – электроэнцефалографии
- 4 – реовазоэнцефалографии
- 5 – электронейромиографии
- 6 – рентеновской компьютерной томографии

**Задание 30.** Выберите один правильный ответ.

В спортивной медицине младший школьный возраст считается

- 1- 6 – 10 лет
- 2 - 7 – 11 лет
- 3 - 8 – 12 лет
- 4 - 5 – 12 лет

**Задание 31.** Выберите один правильный ответ.

Для детей младшего школьного возраста уровень общей физической работоспособности определяется по тесту PWC

- 1- 170
- 2 - 160
- 3 - 150
- 4 - 180
- 5 - 140

**Задание 32.** Выберите один правильный ответ.

Справка о допуске к занятиям спортом выдается лицам старше 60 лет

- 1- 1 раз в году
- 2 - каждые 3 месяца
- 3 - 1 раз в год

**Задание 33.** Выберите один правильный ответ.

Из спортивно-оздоровительных занятий лицам, страдающим ожирением, не показаны

- 1- бег
- 2 - езда на велосипеде
- 3 - плавание
- 4 - лыжи
- 5 - гребля

**Задание 34.** Дополните.

Дети, запаздывающие в своем развитии называются ...

**Задание 35.** Выберите один правильный ответ.

Физические нагрузки после родов предлагаются не ранее чем через

- 1- 1 мес. после родов
- 2 - 2 мес. после родов
- 3 - 3 мес. после родов
- 4 - 4 мес. после родов
- 5 - 5 мес. после родов
- 6 - 6 мес. после родов

**Задание 36.** Выберите один правильный ответ.

При различных нарушениях менструального цикла в пубертатном периоде тренировки противопоказаны в ... фазу ОМЦ цикла

- 1- менструальная
- 2 - постменструальная
- 3 - овуляторная
- 4 - постовуляторная
- 5 - предменструальная

Медицинское обеспечение занятий ФК, тренировок и соревнований. Медицинское обеспечение в различных климато-географических и погодных условиях.

**Задание 37.** Выберите один правильный ответ.

Впервые в истории Олимпийских игр был проведен антидопинговый контроль в

- 1 - 1980 в Москве
- 2 - 1952 в Осло
- 3 - 1962 в Хельсинки
- 4 - 1960 в Риме

**Задание 38.** Выберите один правильный ответ.

Анализ мочи на наличие допинга собирают

- 1 - до соревнований
- 2 - после соревнований
- 3 - во время соревнований

**Задание 39.** Выберите один правильный ответ.

Относятся ли кортикостероиды к допингу.

- 1 - да
- 2 - нет
- 3 - не знаю

**Задание 40.** Выберите один правильный ответ.

Проба на содержание полового хроматина берется

- 1 - со слизистой оболочки полости рта
- 2 - из выделений из половых органов
- 3 - при анализе крови
- 4 - при анализе мочи при анализе кала

**Задание 41.** Дополните.

Изменения, происходящие в организме непосредственно во время выполнения упражнения и в ближайший период отдыха называются ... тренировочным эффектом.

**Задание 42.** Дополните.

Оценку отставленного тренировочного эффекта предусматривают ... обследования.

**Задание 43.** Выберите один правильный ответ.

Допуск участников до соревнований должен быть дан не ранее чем за

- 1 - 10 – 15 дней до начала соревнований
- 2 - 20 дней до начала соревнований
- 3 - 30 дней до начала соревнований
- 4 - 5 дней до начала соревнований
- 5 - 1 день до начала соревнований

**Задание 44.** Выберите один правильный ответ.

Пункт – госпитализация и дача информации о госпитализированных относится к

- 1 - предварительному этапу медицинского обеспечения соревнований
- 2 – этапу составления плана медицинского обслуживания
- 3 – этапу непосредственного обеспечения соревнований
- 4 – этапу медицинского обеспечения зрителей
- 5 – этапу составления отчета о проведенной работе

**Задание 45.** Выберите один правильный ответ.

Высота гор – 400 – 1400 м называется

- 1- низкогорье
- 2 - среднегорье
- 3 - высокогорье
- 4 - снежное высокогорье

**Задание 46.** Выберите один правильный ответ.

При повторном пребывании в среднегорье акклиматизация проходит

- 1 - дольше и тяжелее

- 2 - быстрее и легче
- 3 - также как в первый раз

**Задание 47.** Дополните.

Развитие ... обморока связано с рефлекторным расширением периферических сосудов, обуславливающим снижение сердечной производительности и, как следствие, гипоксию мозга.

**Задание 48.** Выберите несколько правильных вариантов ответов.

Гипогликемическое состояние характеризуется следующими объективными признаками.

- 1 - кожные покровы влажные
- 2 - тонус глазных яблок повышен
- 3 - зрачки расширены
- 4 - мышцы напряжены
- 5 - кожные покровы сухие

**Задание 49.** Выберите один правильный ответ.

Повреждение тканей с нарушением целостности кожи или слизистой оболочки называется

- 1 - потертость
- 2 - ссадина
- 3 - рана
- 4 - ушиб
- 5 - растяжение
- 6 - перелом
- 7 - вывих

**Задание 50.** Выберите несколько правильных вариантов ответов.

При психогенном обмороке необходимо

- 1 - выполнить бинтование нижних конечностей.
- 2 - ослабить воротник
- 3 - поднести нашатырь
- 4 - провести мероприятия направленные на снижение тонуса блуждающего нерва или повышения тонуса симпатического нерва
- 5 - выполнить отводящий массаж нижних конечностей
- 6 - придать горизонтальное положение с приподнятыми нижними конечностями

**Задание 51.** Выберите несколько правильных вариантов ответов.

При переохлаждении необходимо

- 1 - придать пострадавшему положение с приподнятой головой
- 2 - придать положение с приподнятыми ногами
- 3 - положить на голову холод
- 4 - дать понюхать нашатырь
- 5 - положить холод на живот
- 6 - вдыхание кислорода
- 7 - теплая ванна и питье
- 8 - перенести в прохладное помещение
- 9 - положить холод в область сердца
- 10 - пить дробно охлажденную воду
- 11 - доставить в лечебное учреждение

**Задание 52.** Выберите один правильный ответ.

Для боксеров чаще всего характерны травмы

- 1 - верхних конечностей
- 2 - нижних конечностей
- 3 - головы и лица
- 4 - локтевого сустава

5 - костей кисти

**Задание 53.** Выберите один правильный ответ.

Для велосипедистов, автомотогонщиков, горнолыжников наиболее характерны

1 - ушибы

2 - повреждения мышц и сухожилий

3 - растяжения связок

4 - переломы

5 - раны, ссадины и поикертости

6 - сотрясения головного мозга

**Задание 8.** Выберите один правильный ответ.

Тендинит – это

1 - заболевания сухожилия

2 - заболевания сухожильного влагалища

3 - заболевания околосухожильной клетчатки

**Задание 9.** Выберите один правильный ответ.

Ближе к концу марафонского пробега спортсмен начал ощущать острое чувство голода, сильную усталость, беспокойство, психическое раздражение. Речь спортсмена стала нечленораздельной. Через несколько минут после начала этих проявлений у спортсмена возникло головокружение, выступил холодный пот и он потерял сознание. Данное патологическое состояние называется

1 - обжатиe грудной клетки

2 - гипогликемическое состояние

3 - острая горная болезнь

4 - переохлаждение

5 - тепловой удар

6 - солнечный удар

7 - гравитационный шок

8 - ортастатический коллапс

9 - вазовагальный обморок

10 - психогенный обморок

7.2. Примерный перечень вопросов к экзамену.

1. Понятие, цель и задачи спортивной медицины. Организация спортивной медицины.

2. Здоровье, болезнь. Формы возникновения, течения болезни, исходы болезни.

3. Этиология: понятие, этиологические факторы, условия возникновения заболеваний.

4. Патогенез: понятие, закономерности.

5. Роль наследственности в патологии.

6. Реактивность организма, как его способность реагировать на раздражители.

7. Иммуитет. Определение, виды. Механизм выработки иммуитета. Неспецифическая (общая) иммунная реактивность у спортсменов в связи с физической формой. Пути повышения иммунной реактивности. Иммунодефицит.

8. Аллергия как внутренний фактор развития болезней. Аллергены, их классификация. Типы аллергических реакций

9. Гиперемия. Механизм развития. Значение для организма.

10. Местные расстройства кровообращения: инфаркт (понятие, классификация, исходы).

11. Местные расстройства кровообращения: тромбоз (понятие, типы, условия образования, исходы).

12. Местные расстройства кровообращения: стаз, ишемия, эмболия (понятие, условия образования, исходы).
13. Кровотечение. Классификация. Признаки. Способы остановки.
14. Дистрофия: понятие, виды, причины возникновения, механизмы развития.
15. Атрофия: понятие, виды, причины возникновения.
16. Воспаление: понятие, стадии, виды, признаки, значение для организма.
17. Гипертрофия: понятие, виды, причины возникновения. Явления гипертрофии в организме спортсмена и при заболеваниях у человека.
18. Некроз: причины, виды, механизмы развития, исходы.
19. Опухоли: причины возникновения, классификация, механизмы развития, исходы.
20. Понятие о терминальном состоянии. Виды терминальных состояний. Признаки терминальных состояний.
21. Основные виды врачебного контроля. Роль преподавателя в организации врачебного контроля за занимающимися спортом и физической культурой.
22. Первичное и ежегодные углубленные медицинские обследования. Задачи. Содержание.
23. Дополнительное медицинское обследование. Задачи. Содержание.
24. Этапные медицинские обследования. Задачи. Содержание.
25. Текущие медицинские обследования. Задачи. Содержание.
26. Срочные обследования. Задачи. Содержание.
27. Самоконтроль спортсмена. Задачи. Форма. Субъективные и объективные показатели, характеристика и оценка.
28. Пограничные состояния: понятие, пограничные состояния имеющие значение к практике спорта, допуск к занятиям.
29. . Анамнез, его виды и значение в медико-педагогическом обследовании спортсмена.
30. Физическое развитие. Определение и варианты течения. Соматоскопия как метод исследования. Типы телосложения и их характеристика.
31. Антропометрия как метод исследования физического развития.
32. Методы оценки физического развития.
33. Определение общей физической работоспособности с помощью функциональных проб.
34. Определение специальной физической работоспособности с помощью функциональных проб.
35. Основные методы исследования сердечно-сосудистой системы (анамнез, физические методы, клинические методы, функциональное тестирование).
36. Электрокардиография, как основной метод обследования сердца. Основные нарушения ритма сердца и проводимости у спортсменов.
37. Основные заболевания сердечно-сосудистой системы у спортсменов.
38. Основные методы исследования соматической нервной системы (анамнез, физические методы, клинические методы, функциональное тестирование).
39. Основные методы исследования автономной нервной системы (анамнез, физические методы, клинические методы, функциональное тестирование).
40. Основные методы исследования анализаторов у спортсменов (анамнез, физические методы, клинические методы, функциональное тестирование).
41. Основные методы исследования системы внешнего дыхания (анамнез, физические методы, клинические методы, функциональное тестирование).
42. Исследование эндокринного аппарата, системы пищеварения (анамнез, физические методы, клинические методы, функциональное тестирование).
43. Исследование системы крови и системы выделения ((анамнез, физические методы, клинические методы, функциональное тестирование).

44. Общая характеристика заболеваемости у спортсменов.
45. Наиболее часто встречающиеся нарушения центральной нервной системы у спортсменов.
46. Наиболее часто встречающиеся заболевания периферической нервной системы и позвоночника у спортсменов.
47. Наиболее часто встречающиеся заболевания нервно-мышечного аппарата у спортсменов.
48. Наиболее часто встречающиеся заболевания автономной нервной системы у спортсменов.
49. Заболевания сенсорных систем в практике спорта.
50. Заболевания системы дыхания, наиболее часто встречающиеся в практике спортивной медицины.
51. Спортивный травматизм: понятие, механизмы и профилактика травм.
52. Повреждения кожных покровов в спортивной практике. Механизм развития, признаки, оказание первой помощи, профилактика.
53. Травмы мышечного аппарата в практике спорта. Причины, механизм повреждения, признаки, оказание первой помощи, профилактика.
54. Травмы и заболевания костного аппарата в практике спорта. Механизм повреждения, признаки, оказание первой помощи, профилактика.
55. Травмы и заболевания суставно-связочного аппарата в практике спорта. Механизм повреждения, признаки, оказание первой помощи, профилактика.
56. Травмы нервной системы в практике спорта.
57. Травмы внутренних органов в практике спорта. Механизм развития, признаки, оказание первой помощи, профилактика.
58. Травмы носа, уха, гортани глаз в практике спорта. Механизм возникновения, признаки, оказание первой помощи, профилактика.
59. Патологические состояния у спортсменов: психогенный и вазовагальный обморок. Механизм развития, симптомы, профилактика, первая помощь.
60. Ортостатический коллапс. Механизм развития, симптомы, профилактика, первая помощь.
61. Гравитационный шок. Механизм развития, симптомы, профилактика, первая помощь.
62. Гипогликемическое состояние, гипогликемический шок. Причины, симптомы, неотложная помощь, профилактика.
63. Острая горная болезнь. Причины, симптомы, неотложная помощь, профилактика.
64. Обжатиe грудной клетки. Причины, симптомы, неотложная помощь, профилактика.
65. Солнечный и тепловой удары: причины, механизм развития, признаки, первая помощь, профилактика.
66. Переохлаждение, обморожение: причины, механизм развития, признаки, первая помощь, профилактика.
67. Переутомление. Причины и условия развития. Внешние признаки переутомления.
68. Перетренированность. Механизм развития, виды, стадии, признаки, двигательный режим и принципы лечения.
69. Утопление. Понятие, виды, первая помощь, профилактика.
70. Острое физическое перенапряжение. Понятие. Причины возникновения. Механизм развития, симптомы, помощь при острой сердечно-сосудистой недостаточности и печеночно-болевым синдроме.
71. Медицинское обеспечение соревнований. Обязанности главного судьи и врача в медицинском обеспечении.

72. Допинг и антидопинговый контроль. Контроль половой принадлежности в спортивной практике.
73. Особенности врачебного контроля за детьми, лицами пожилого возраста и лицами женского пола.
74. Врачебно-педагогический контроль в условиях среднегорья, низких температур и дальних перелетов.
75. Средства восстановления работоспособности спортсмена.