Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Естественно-географический факультет

Кафедра биологии человека и основ медицинских знаний

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой биологии человека и основ медицинских знаний
_____ Л.Д. Назаренко
«12» октября 2021 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для текущего контроля успеваемости и
промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

Программа учебной дисциплины медико-биологического модуля

основной профессиональной образовательной программы высшего образования
программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура
(с одним профилем подготовки)

направленность (профиль) образовательной программы:
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

заочная форма обучения

Составитель: Валкина О.Н., к.б.н., доцент кафедры биологии человека и основ медицинских знаний

Рассмотрено и одобрено на заседании учёного совета факультета физической культуры и спорта, протокол от «18» октября 2021 г. №2

Ульяновск, 2021

Фонд оценочных средств по дисциплине «Спортивная медицина» включает совокупность оценочных средств, предназначенных для измерения уровня достижения студентом установленных результатов обучения (образовательных результатов) по дисциплине, и способов их оценивания при проведении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

Шифр оценочного средства	Формируемые компетенции, индикаторы их формирования	Средства оценивания, используемые для текущего и промежуточного оценивания показателя формирования компетенции	Образовательные результаты дисциплины
Оценочные средства для текущего контроля			
ОС-1*	**ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.** **ОПК-7.3.** Обеспечивает профилактику спортивного травматизма и специфических хронических заболеваний. **ОПК-7.4.** Демонстрирует умения оказания первой доврачебной помощи при травмах и неотложных состояниях. **ОПК-7.5.** Демонстрирует умение организовывать контроль за состоянием здоровья и физическим развитием занимающихся	Защита рефератов	**ОР-1** Умеет оказывать первую доврачебную помощь при травмах и неотложных состояниях. **ОР-2** Умеет организовывать контроль за состоянием здоровья и физическим развитием занимающихся. **ОР-3** Умеет осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом. **ОР-4** Владеет профилактикой спортивного травматизма и специфических хронических заболеваний
ОС-2*		Защита итоговой практической работы	
ОС-3		Выполнение контрольной работы и решение тестовых задач	
Оценочные средства для промежуточной аттестации (зачет)			

ОС-4*	**ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.** **ОПК-7.3.** Обеспечивает профилактику спортивного травматизма и специфических хронических заболеваний. **ОПК-7.4.** Демонстрирует умения оказания первой доврачебной помощи при травмах и неотложных состояниях. **ОПК-7.5.** Демонстрирует умение организовывать контроль за состоянием здоровья и физическим развитием занимающихся	Зачет в форме устного собеседования	**ОР-1, ОР-2, ОР-3, ОР-4**	

* – оценочное средство представлено в рабочей

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

ОС-3 Выполнение контрольной работы и решение тестовых задач (ОПК-7.3, ОПК-7.4, ОПК-7.5)

Примерные тестовые задания

Открытые тесты с одним правильным ответом

1. Здоровье – это

а) хорошее самочувствие и отсутствие признаков болезни;
б) отсутствие жалоб и нормальные лабораторные анализы;
в) состояние полного физического и психического благополучия;
г) состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов.

Ключ: г.

2. Профилактика в медицине направлена на

а) выявление причин заболеваний;

б) выявление причин заболеваний, их искоренение или ослабление;

в) улучшение условий труда и отдыха;

г) закаливание организма и предупреждение инфекционных заболеваний с помощью прививок.

Ключ: б.

3. К основным типам телосложения относятся:

а) недостаточный, достаточный, большой;

б) легкий, средний, тяжелый;

в) астенический, нормостенический, гиперстенический;

г) астенический, суперстенический, мегастенический.

Ключ: в.

4. Изменения организма, возникающие в связи с воздействием патогенных и физиологических факторов и требующие оказания медицинской помощи – это (ФЗ № 323, гл.1, ст.2):

а) заболевание;

б) симптом;

в) состояние.

Ключ: в

5. Основными принципами охраны здоровья являются все, кроме (ФЗ № 323, гл.2, ст.4):

а) соблюдения прав граждан в сфере охраны здоровья и обеспечения, связанных с этими правами государственных гарантий;

б) приоритета интересов пациента при оказании медицинской помощи;

в) приоритета охраны здоровья детей;

г) широкого введения платной медико-социальной помощи;

д) социальной защищенности граждан в случае утраты здоровья.

Ключ: г

6. Какое утверждение является теоретическим обоснованием правомерности применения теста PWC- 170?

а) зона максимального функционирования сердечно-сосудистой и респираторной систем в условиях, близких к минимальному потреблению кислорода;

б) зона минимального функционирования сердечно-сосудистой и респираторной систем в условиях, близких к оптимальному потреблению кислорода;

в) зона оптимального функционирования сердечно-сосудистой и респираторной систем в условиях, близких к максимальному потреблению кислорода.

Ключ: в

7. Для профилактики спортивного травматизма не следует:

а) применять препараты, стимулирующие деятельность ЦНС;

б) своевременно проводить врачебный контроль за состоянием здоровья и физической подготовленности спортсменов;

в) совершенствовать физическую и техническую подготовку спортсменов.

Ключ: а

8. При оказании первой помощи в случае перелома опорно-двигательного аппарата запрещается:

а) проводить иммобилизацию поврежденных конечностей;
б) вставлять на место обломки костей и вправлять на место вышедшую кость;
в) останавливать кровотечение;
г) проводить искусственную вентиляцию лёгких.

Ключ: б

9. При каком значении индекса массы тела следует говорить об ожирении?

а) 5 – 15;
б) 15 - 20;
в) 20 - 25;
г) более 30.

Ключ: г

10. Каковы правильные действия при оказании первой медицинской помощи при ушибах?

а) на место ушиба наложить холод и тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;
б) на место ушиба приложить теплую грелку, обеспечить покой поврежденной конечности и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;
в) на место ушиба нанести йодистую сетку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;
г) иммобилизовать место ушиба с помощью подручного материала, дать пострадавшему обезболивающее средство, напоить его горячим чаем или кофе.

Ключ: а

11. У здорового взрослого человека частота сердечных сокращений (пульс) колеблется в пределах:

а) 100-120 ударов в минуту;
б) 60-80ударов в минуту;
в) 40-60ударов в минуту;
г) всегда ровно 60 ударов в минуту.

Ключ: б

12. Какой тест рекомендован ВОЗ для определения физической работоспособности спортсменов и физкультурников?

а) Гарвардский степ-тест;
б) ортостатическая проба;
в) проба Мартине-Кушелевского;
г) субмаксимальный тест PWC170;
д) тест Купера.

Ключ: г

13. Проба Генчи представляет собой:

а) задержку дыхания на вдохе;
б) задержку дыхания на выдохе;
в) пятикратное измерение ЖЕЛ через 15-секундные интервалы;
г) задержку дыхания на вдохе после 20 приседаний за 30 сек;
д) скорость форсированного выдоха.

Ключ: б

Открытые тесты с несколькими правильными ответами

1. **К основным задачам спортивной медицины относятся:**

а) допуск к занятиям спортом и спортивным тренировкам на основании информативной многовариантной оценки состояния здоровья индивидуума;
б) медико-биологический отбор и допуск к занятиям тем или иным видом спорта в соответствии исключительно с генетически обусловленными возможностями индивидуума;
в) медико-биологический отбор и допуск к занятиям тем или иным видом спорта в соответствии с генетически и фенотипически обусловленными возможностями индивидуума;
г) профилактика и лечение травм и заболеваний всех категорий населения;
д) профилактика и лечение травм и заболеваний спортсменов в процессе их специфической деятельности и вне её.

Ключ: а, в, д

2. Для оценки функционального состояния вегетативной нервной системы применяются:
   а) клиностатическая проба;
   б) рефлекс Ашнера
   в) рефлекс Бецольда-Яриша:
   г) ортостатическая проба

   Ключ: а, б, г

3. **На какие виды подразделяют кровотечения в зависимости от типа поврежденных сосудов?**
   а) венозное;
   б) артериальное;
   в) носовое;
   г) поверхностное;
   д) капиллярное;
   е) глубокое;
   ж) паренхиматозное;
   з) наружное;
   и) смешанное.
   Ключ: а, б, д, ж, и

4. **Признаками теплового удара являются:**
   а) возбужденное состояние;
   б) судорожное сокращение мышц;
   в) слабость;
   г) головная боль;
   д) ощущение жажды;
   е) вздутие живота;
   ж) повышенная температура тела;
   з) иногда рвота.
   Ключ: в, г, д, ж, з

Закрытые тестовые задания

1. Спортивная медицина как отрасль медицины представляет собой _____ организационных, медицинских и педагогических мероприятий, направленных на медико-биологическое обеспечение физической культуры и спорта (**систему**)

2. Совокупность морфологических, физиологических и психологических свойств личности — это _____(**конституция человека**).

3. Комплексное врачебно-педагогическое понятие, характеризующее готовность спортсмена к достижению высоких спортивных результатов - _____ (**тренированность***)*.

4. Неврологический анамнез - скрининговый метод оценки функционального состояния _____ (**центральной нервной системы**).

5. Повышенную и качественно измененную чувствительность организма к аллергенам — веществам, большинство которых обладает антигенными свойствами, называют _____ (**аллергией**).

6. К мерам, направленным на повышение невосприимчивости населения к инфекции, относится _____населения по эпидемическим показаниям **(вакцинация)**

7. Стадия инфекционного заболевания, начинающаяся с момента проникновения возбудителя и продолжающаяся до появления первых клинических признаков заболевания, называется _____.(**инкубационным**)

8. Система мер, направленных на предупреждение возникновения и развития заболеваний, называется _____.(**профилактикой**)

9. Если кожные покровы над местом перелома кости не повреждены, то перелом _____ **(закрытый)**

10. Устранение подвижности и создание покоя поврежденной области или части тел а называется _____. **(иммобилизацией)**

Тестовые задания на соответствие:

1. Установите соответствие: **Тип реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку**

1. Повышение АД систолического более 160-180% от исходного, повышение АД диастолического более чем на 10 ммрт.ст., учащение пульса более 80 в мин	А. Ступенчатый тип
2. Появление феномена "бесконечного тона" после 20 приседаний	Б. Гипертонический тип
3. Максимальное повышение систолического АД не сразу после нагрузки, а на 2-3 минуте восстановления	В. Астенический тип
4. Значительное учащение пульса (возбудимость пульса более 100%)	Г. Дистонический тип

Ключ: 1 – Б, 2 – А, 3 – Г, 4 - В

Примерные ситуационные задачи

1. **Спортсмен 19-ти лет, 1 разряд по лыжному спорту. Во время лыжной гонки на 20 км во второй половине дистанции спортсмен ощутил чувство голода, которое постепенно усилилось до очень острого. Одновременно появилась нарастающая слабость, головокружение, потемнение в глазах, сильное сердцебиение, снижение работоспособности, лицо побледнело, выступил холодный пот, появилось дрожание рук и ног.**

Ответ: Гипогликемия, т.е. снижение содержания глюкозы в крови.

2. **Девушка-физкультурница хочет начать регулярные тренировки по художественной гимнастике. В детстве перенесла тяжелую форму рахита. Какое отклонение от нормы можно ожидать при внешнем осмотре?**

Ответ: х-образное или о-образное искривление нижних конечностей.

3. **Спортсмен 22-х лет, МС по легкой атлетике. Время проведения соревнований – июль, температура воздуха + 29 ºС, влажность 78%, скорость движения воздуха – 0,2 м/с. Сразу же после забега на 200 м спортсмен резко остановился, у негопоявилось головокружение, потемнение в глазах, тошнота, выступил холодный пот, резко участился пульс, лицо побледнело, появилась шаткая походка и, наконец, он потерял сознание.**

Ответ: тепловой удар.

4. **Спортсмен-лыжник упал, спускаясь по горной трассе. Встать не может. Жалуется на боль в левой ноге в области голени, в ране видны отломки костей, кровотечение умеренное.**

Окажите первую медицинскую помощь.

Какова последовательность оказания первой помощи?

Требуется ли доставка пострадавшего в лечебное учреждение?

Ответ: Если видны отломки костей, значит открытый перелом. Вызвать пострадавшему скорую помощь, освободить рану от одежды, обработать и наложить стерильную повязку, затем иммобилизировать конечность.

5. **При автомобильной катастрофе пострадавший извлечен из автомобиля, но подняться на ноги не может. Состояние тяжелое, бледен, жалуется на сильную боль в области правого бедра. Раны нет. Имеется деформация бедра, укорочение правой ноги.**

Какой вид травмы у пострадавшего?

Окажите первую медицинскую помощь.

Ответ: У пострадавшего закрытый перелом. Вызвать первую помощь, обеспечить иммобилизацию (фиксирование) конечности, наложить холод рядом с областью травмы.

Критерии и шкала оценивания тестовых вопросов и ситуационных задач

Критерий	Правильный ответ	Шкала оценивания (максимальное количество баллов)
Открытые тесты с одним правильным ответом	1	13
Открытые тесты с несколькими правильными ответами	1	16
Закрытые тестовые задания	1	10
Тестовые задания на соответствие	1	4
Ситуационные задачи	7	35
Всего:		74