**Методические рекомендации по предмету: «Медико-биологическое сопровождение в ФКиС» (Магистратура)**

**Вопросы к экзамену.**  
  
1. Цели, задачи и содержание спортивной медицины. Организация спортивной медицины.  
2. Основные формы врачебного контроля. Роль преподавателя в организации врачебного контроля за занимающимися физической культурой.  
3. Первичное медицинское обследование. Задачи. Содержание.  
4. Повторное медицинское обследование. Задачи. Связь с этапами тренировки. Содержание. Медицинское заключение. Его разделы и значение для тренера, преподавателя.  
5. Дополнительное медицинское обследование. Задачи. Содержание. Медицинское заключение. Его разделы и значение для тренера..  
6. Организационные формы медицинского обеспечения занятий спортом.  
7. Врачебно-спортивная консультация. Задачи и содержание.  
8. Характеристика медицинских групп. Принципы распределения на медицинские группы. Характер занятий физической культурой в группах.  
9. Медицинское обследование спортсмена, характеристика методов исследования. Анамнез, его виды и значение.  
10. Особенности врачебного контроля за женщинами, занимающимися физической культурой.  
11. Возрастные особенности организма и врачебный контроль за лицами зрелого и пожилого возраста, занимающимися физической культурой.  
12. Задачи и организация врачебно-педагогических наблюдений в процессе тренировочных занятий. Формы врачебно-педагогических наблюдений.  
13. Задачи и организация врачебно-педагогических наблюдений с применением дополнительных нагрузок.  
14. Задачи и организация врачебно-педагогических наблюдений с применением повторных нагрузок.  
15. Самоконтроль спортсмена. Задачи. Форма. Субъективные и объективные показатели, характеристика и оценка.  
16. Врачебный контроль, врачебно-педагогические наблюдения и самоконтроль как единая система охраны здоровья и повышения функциональных возможностей спортсмена.  
17. Медицинское обеспечение соревнований. Обязанности главного судьи и врача в медицинском обеспечении.  
18. Медицинское обеспечение учебно-тренировочных сборов. Обязанности начальника сборов и врача в медицинском обеспечении.  
19. Допинг и антидопинговый контроль. Контроль половой принадлежности.  
20. Физическое развитие. Определение и варианты течения. Соматоскопия как метод исследования. Типы телосложения и их характеристика.  
21. Физическое развитие. Определение и варианты течения. Антропометрия как метод исследования. Методика измерения роста, веса, периметров и диаметров тела, ЖЕЛ, мышечной силы.  
22. Оценка физического развития методом стандартов. Методика построения антропометрического профиля.  
23. Метод индексов метод перцентилей в оценке физического развития.  
24. Неврологический анамнез, исследование и оценка сухожильных рефлексов, исследование и оценка координационной функции нервной системы.  
25. Исследование двигательного анализатора: методы изучения кинестетической и проприоцептивной чувствительности.  
26. Исследование двигательного анализатора: определение скорости зрительно-моторной реакции; методика теппинг-теста.  
27. Исследование вестибулярного анализатора.  
28. Исследование функции вегетативной нервной системы: ортостатическая и клиностатическая пробы, дермография, вариабельность сердечного ритма.  
29. Особенности функционального состояния сердечно-сосудистой системы тренированного спортсмена. Пульс, артериальное давление; ударный и минутный объемы крови в условиях покоя и при выполнении работы. Типы кровотока.  
30. Структурные особенности сердца спортсмена. Варианты типов спортивного сердца. Особенности адаптации к физической нагрузке.  
31. Методы исследования сердечно-сосудистой системы. Краткая характеристика общеклинических или основных методов.   
32. Дополнительные методы исследования сердечно-сосудистой системы: электрокардиография.  
33. Дополнительные методы исследования сердечно-сосудистой системы: кардиоинтервалография.  
34. Функциональная одномоментная проба с 20-ю приседаниями (Мартинэ-Кушелевского), методика проведения, запись результатов. Характеристика изменений функциональных показателей в пробе при нарастании тренированности.  
35. Функциональная одномоментная проба Котова-Дёшина: методика проведения, запись результатов. Характеристика изменений функциональных показателей в пробе при нарастании тренированности.  
36. Трехмоментная функциональная проба Летунова: методика проведения, запись результатов. Характеристика изменений функциональных показателей при нормотоническом типе реакции.  
37. Варианты типов реакции в функциональной пробе Летунова. Характеристика гипертонической, гипотонической реакции, дистонической и реакции ступенчатого подъема артериального давления.  
38. Тест Руфье-Диксона. Методика проведения. Расчет и оценка показателя.  
39. Гарвардский степ-тест. Методика проведения. Расчет индекса. Оценка показателя.  
40. Определение общей физической работоспособности по данным пробы РWС170. Методика проведения степ тестового варианта. Расчет и оценка показателей.  
41. Определение общей физической работоспособности по данным пробы РWC170. Методика проведения велоэргометрического варианта. Расчет и оценка показателей. Выбор мощности первой и второй нагрузки.  
42. Определение физической работоспособности по данным пробы РWC170 с использованием специфической нагрузки. Правила тестирования. Методика проведения варианта для легкоатлетов. Расчет и оценка показателей.  
43. Определение физической работоспособности по данным пробы РWC170 с использованием специфической нагрузки. Правила тестирования. Методика проведения варианта для лыжников. Расчет и оценка показателей.  
44. Определение МПК. Методы. Оценка результатов.  
45. Тест Новакки. Методика проведения. Оценка результатов.  
46. Тест Купера. Методика проведения, оценка результатов.  
47. Особенности состояния системы дыхания тренированного спортсмена. Динамика объемных и вентиляционных показателей в условиях покоя и после выполнения физической нагрузки.  
48. Спирография. Характеристика получаемых показателей и их динамика в связи со спортивным совершенствованием.  
49. Методика пневмотахометрии. Оценка полученных показателей в абсолютных значениях и в процентах к должной величине.  
50. Методика выполнения функциональных проб внешнего дыхания: пробы Розенталя, Лебедева, Шафрановского. Оценка результатов.  
51. Гипоксемические пробы Штанге и Генчи. Методика проведения и оценки состояния функциональных систем. Пробы с гипервентиляцией и с физической нагрузкой. Оценка полученных данных.  
52. Внешние признаки утомления. Оценка утомления по выраженности признаков.  
53. Переутомление. Причина и условия развития. Внешние признаки переутомления.  
54. Перетренированность. Механизм развития, виды, стадии, признаки, двигательный режим и принципы лечения.  
55. Гипертонические и гипотонические состояния у спортсменов, симптомы, двигательный режим.  
56. Дистрофия миокарда вследствие хронического физического перенапряжения сердца у спортсменов. Признаки, двигательный режим.  
57. Острое физическое перенапряжение. Понятие. Причины возникновения. Механизм развития острой сердечно-сосудистой недостаточности, симптомы, первая помощь.  
58. Острое физическое перенапряжение. Понятие. Причины возникновения. Механизм развития печеночно-болевого синдрома, симптомы, первая помощь.  
59. Гравитационный шок. Механизм развития, симптомы, профилактика, первая помощь.  
60. Ортостатический коллапс. Механизм развития, симптомы, профилактика, первая помощь.  
61. Гипогликемическое состояние, гипогликемический шок. Причины, симптомы, неотложная помощь, профилактика.  
62. Горная болезнь. Механизм развития, симптомы, профилактика, первая помощь.  
63. Обморок. Механизм развития, симптомы, профилактика, первая помощь.  
64. Нокаут и нокдаун как закрытая черепно-мозговая травма, признаки, первая помощь, двигательный режим.  
65. Тепловые поражения. Виды, причины, признаки, неотложная помощь, профилактика.  
66. Травма, понятие, классификация. Причины травм в спорте. Особенности спортивного травматизма.  
67. Кровотечение. Классификация. Признаки. Способы остановки.  
68. Ранения, понятие, виды. Симптомы повреждений, оказание первой помощи и профилактика.  
69. Переломы костей при занятиях спортом: классификация, признаки, оказание первой помощи.  
70. Повреждение суставов при занятиях спортом. Вывихи: признаки, оказание первой помощи.  
71. Повреждение связок при занятиях спортом: механизм развития, признаки, оказание первой помощи, профилактика.  
72. Повреждение мышц (растяжения и разрывы) при занятиях спортом: механизм развития, признаки, оказание первой помощи, профилактика.  
73. Повреждение сухожилий при занятиях спортом: механизм развития, типичная локализация, признаки, оказание первой помощи, профилактика.  
74. Паратенонит и тендовагинит крепитирующий: причины, типичная локализация, признаки, лечение.  
75. Периостит от перенапряжения и травматический: сущность, типичная локализация, признаки, профилактика, двигательный режим и лечение.  
76. Миозит острый миозит оссифицирующий, причины, механизм развития, признаки, лечение.  
77. Солнечный удар: причины, механизм развития, признаки, первая помощь, профилактика.

**Основная литература**  
1. Еремеев С.И., Куртев С.Г. Патологические состояния при занятиях спортом и первая помощь. – Омск: СибГУФК, 2003. – 72с.  
2. Еремеев С.И. Реанимация, терминальные состояния и экстремальные состояния. - Омск: СибГАФК, 2001.  
3. Куртев С.Г., Еремеев С.И.. Первая медицинская помощь при спортивных травмах с основами асептики и десмургии. – Омск: СибГУФК, 2003. – 68с.  
4. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник. – М.: Советский спорт, 2002. – 480 с.  
5. Руководство к практическим занятиям по курсу спортивной медицины /Куртев С. Г. и др. – Омск: СибГУФК, 2003. – 124 с.  
6. Спортивная медицина: учебник для институтов физической культуры /Под ред. Карпмана В. Л. – М.: Физкультура и спорт, 1987.-304с.  
7. Спортивная медицина: учебник для институтов физической культуры /Под ред. Дембо А. Г. – М.: Физкультура и спорт, 1975.-368с.  
  
**Дополнительная литература**  
1. Башкиров В. Ф. Возникновение и лечение травм у спортсменов – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 214 с.  
2. Граевская Н. Д. Медицинские средства восстановления работоспособности спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 128 с.  
3. Дубровский В.И. Спортивная медицина. – М.: Гуманит. изд. центр. ВЛАДОС, 1998. – 480с.  
4. Детская спортивная медицина /Под ред. С.Б.Тихвинского и С.В.Хрущева. – Руководство для врачей. – М.: Медицина, 1991. – 560с.  
5. Карпман В. Г., Белоцерковский З. Б., Гудков И. А. Тестирование в спортивной медицине. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.