

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Донецкий государственный университет»

УТВЕРЖДАЮ:

Ректор ФГБОУ ВО «ДонГУ»



С.В. Беспалова

2024 г.

**Программа вступительного испытания  
для поступающих на направление подготовки  
49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья (Адаптивная физическая культура) (Магистерская программа:  
Физическая реабилитация)**

г. Донецк  
2024

Программа вступительного испытания по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) (Магистерская программа: Физическая реабилитация)) при приеме на обучение по программам магистратуры разработана в Институте физической культуры и спорта ФГБОУ ВО «ДонГУ» в соответствии со следующими нормативными документами:

– Порядок приема на обучение по образовательным программам высшего образования — программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденным приказом Минобрнауки России от 21.08.2020 № 1076 (с изменениями);

– Особенности приема на обучение в организации, осуществляющие образовательную деятельность, по программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры и программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре), предусмотренные частями 7 и 8 статьи Федерального закона от 17 февраля 2023 г. № 19-ФЗ «Об особенностях правового регулирования отношений в сферах образования и науки в связи с принятием в Российскую Федерацию Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области, Херсонской области и образованием в составе Российской Федерации новых субъектов – Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области, Херсонской области и о внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации, утвержденные приказом Минобрнауки России от 01.03.2023 № 231;

– Правила приема в федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Донецкий государственный университет» на обучение по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в 2023 году;

– Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура), утвержденный приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 946

– Основная образовательная программа высшего образования по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) (Магистерская программа: Физическая реабилитация)).

Разработчики программы:

Гришун Юлия Анатольевна, заведующий кафедрой адаптивной физической культуры, канд. мед. наук, доцент.

Программа утверждена на заседании Ученого совета Института физической культуры и спорта от 05 марта 2024 г., протокол № \_\_.

Директор Института  
физической культуры и спорта



И.П. Зенченков

Заведующий кафедрой АФК



И.П. Зенченков

## Содержание

1. Общие положения и порядок проведения вступительного испытания	5
2. Основное содержание программ вступительного испытания	5
3. Шкала оценивания и минимальное количество баллов, подтверждающее успешность прохождения вступительного испытания	18
4. Список рекомендуемой литературы для подготовки к вступительному испытанию	21

## **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ**

Цель вступительного испытания по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) (Магистерская программа: Физическая реабилитация) при приеме на обучение по программам магистратуры – выявить уровень овладения абитуриентами универсальными и профессиональными компетенциями бакалавра.

Задачи вступительного испытания:

- установить уровень владения абитуриентами универсальными и профессиональными компетенциями, полученными в процессе обучения в бакалавриате;
- определить степень владения знаниями, полученными при овладении универсальными и профессиональными компетенциями бакалавра;
- диагностировать уровень полученных знаний и умений при овладении универсальными и профессиональными компетенциями бакалавра;
- определить степень готовности применять полученные знания, умения на практике.

Формой вступительного испытания для поступающих в магистратуру является устный экзамен, который будет проходить очно и (или) с использованием дистанционных технологий.

## **2. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ**

Программа вступительного испытания по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) (Магистерская программа: Физическая реабилитация)) включает в себя вопросы, разделы и темы, подлежащие обязательному изучению по следующим дисциплинам.

### **ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ**

**ВОПРОСЫ:**

1. Дайте определение реабилитации и физической реабилитации. Перечислите основные задачи физической реабилитации. Какая основная цель физической реабилитации?
2. Что относится к средствам физической реабилитации?
3. Что такое адаптивная физическая культура? Какие основные виды адаптивной физической культуры, Вы знаете? Какие основные физические упражнения используются в АФК?

4. По каким критериям идет деление учащихся на группы здоровья? Сколько групп здоровья, Вы знаете? Дать характеристики основной подготовительной и специальной медицинских групп.
5. Основные задачи физического воспитания в специальных медицинских группах?
6. Дайте определение лечебной физической культуры. Перечислите основные средства, методы и формы лечебной физической культуры. Перечислите общие требования к методике проведения занятий по ЛФК.
7. Какие виды контроля используются при проведении занятий по лечебной физической культуре?
8. Что относится к естественным факторам природы? Дайте определение закаливанию организма. Перечислите основные средства и формы закаливания.
9. Дайте определение массажа. Какие виды массажа Вы знаете? Перечислите основные цели массажа. Какими компонентами определяется характер воздействия массажа, на организм массируемого? Перечислите основные показания и противопоказания к проведению массажа.
10. Дайте определение «Ароматерапия». Перечислите основные принципы использования ароматерапии. Механизмы действия эфирных масел. Методы ароматерапии.
11. Дайте определение понятия «Фитотерапия». Перечислите основные механизмы действия фитотерапии на организм человека. Перечислите основные способы использования фитотерапии. Какие могут возникнуть последствия при неправильном использовании фитотерапии?
12. Дайте определение анималотерапии и перечислите основные функции. Какие виды анималотерапии Вам известны?
13. Иппотерапия. Определение, методика проведения, показания, противопоказания.
14. Дельфинотерапия. Определение, методика проведения, показания, противопоказания.
15. Что такое канистерапия? Что такое фелинотерапия? Показания, противопоказания.
16. Определение биологического и паспортного возраста. Перечислите основные виды реабилитации пожилых людей.
17. Сформулируйте понятие водолечение. Перечислите разновидности душей и кратко охарактеризуйте каждый из них.
18. Ванны в физической реабилитации, виды, показания, противопоказания
19. Дайте определение бальнеотерапии. Какие виды бальнеологических процедур Вам известны? Охарактеризуйте кратко каждый вид. Показания, противопоказания.
20. Тепловые факторы. Классификация. Показания, противопоказания. Парафинотерапия, использование озокерита, грязей в физической реабилитации.

21. Санаторно-курортное лечение. Определение, режимы, показания, противопоказания.
22. Дайте определение утомления в спорте, перенапряжения и перетренированности
23. Спортивная болезнь: определение, основные проявления, принципы реабилитации.
24. Факторы, ограничивающие работоспособность высококвалифицированного спортсмена.
25. Биоритмологические типы человека и особенности проведения тренировочного процесса.
26. Острый десинхронизм у спортсменов, принципы физической реабилитации.
27. Дайте определение осанки. Перечислите признаки правильной осанки.
28. Основные виды нарушения осанки, лечебная физическая культура, массаж, физиотерапия, фитбол-гимнастика, плавание и др. средства реабилитации при нарушении осанки.
29. Дайте определение понятия ожирение. Классификация ожирения. Причины возникновения. Оценка степени ожирения по величине индекса массы тела.
30. Особенности диеты при ожирении. Лечебная физическая культура при ожирении. Массаж при ожирении. Физиотерапевтические процедуры, используемые при ожирении.
31. Перечислите основные задачи лечебной физической культуры при заболеваниях органов ЖКТ.
32. Основные формы проведения лечебной физической культуры при заболеваниях ЖКТ.
33. Перечислите специальные упражнения при заболеваниях органов ЖКТ. Механизм действия.
34. Показания и противопоказания для занятий лечебной физической культурой при заболеваниях органов ЖКТ.
35. Дайте определение «Часто болеющие дети». Основные задачи лечебной физической культуры у часто болеющих детей.
36. Использование массажа в профилактике простудных заболеваний у детей. Альтернативные методы реабилитации в профилактике заболеваемости детей: фитотерапия, ароматерапия, анималотерапия.
37. Закаливание организма: цели, задачи, методика проведения.
38. Перечислите основные задачи лечебной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Как определяется величина тренирующей нагрузки при заболеваниях ССС.
39. Дайте определение вегето-сосудистой дистонии. Немедикаментозные методы коррекции вегето-сосудистой дистонии.
40. Дайте определение «Сахарный диабет» и перечислите основные формы и проявления.

41. Особенности диетотерапии при сахарном диабете. Задачи лечебной физической культуры при сахарном диабете. Средства лечебной физической культуры при сахарном диабете. Показания и противопоказания для занятий физической культурой при сахарном диабете.

42. ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Звуковая гимнастика методика проведения. Массаж при заболеваниях органов дыхания. ЛФК в бассейне. Физиотерапия при заболеваниях органов дыхания.

43. Детский церебральный паралич – определение, причины. Основные проявления заболевания. Особенности физической реабилитации при детском церебральном параличе.

44. ЛФК и массаж при детском церебральном параличе.

45. Роль анималотерапии в лечении детского церебрального паралича.

46. Лечебная физическая культура при нарушении зрения  
**ТЕМЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНОМУ ИЗУЧЕНИЮ:**

### **Введение в дисциплину «основы физической реабилитации»**

Задачи, цели и основные принципы физической реабилитации. Виды, периоды и этапы реабилитации. Адаптивная физическая культура, определение, цели и задачи адаптивной физической культуры, классификация физических упражнений, применяемых в адаптивной физической культуре.

### **Специальные медицинские группы в школе**

Специальные медицинские группы, группы здоровья. Организационные и методические рекомендации по двигательной активности учащихся, принадлежащих к разным группам здоровья.

### **Лечебная физическая культура**

Классификация физических упражнений. Гимнастические упражнения, Дыхательные упражнения. Спортивно-прикладные упражнения. Игры. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Средства лечебной физической культуры. Формы лечебной физической культуры. Периоды применения лечебной физической культуры. Общие требования к методике проведения занятий по лечебной физической культуре. Двигательные режимы. Эффективность применения лечебной физической культуры.

### **Естественные факторы природы, закаливание организма**

Климатотерапия. Гелиотерапия. Аэротерапия. Спелеотерапия и галотерапия. Закаливание организма. Показания, противопоказания к применению, принципы и методика проведения.

### **Массаж**

Общие цели массажа. Виды массажа по цели и методике проведения. Основные приемы массажа. Механизмы действия массажа. Показания и противопоказания к назначению массажа.

### **Анималотерапия, фитотерапия, ароматерапия**



Фитотерапия. Ароматерапия. Анималотерапия: дельфинотерапия, иппотерапия, канистерапия, фелинотерапия.

### **Водолечение, теплолечение**

Тепловые процедуры: пелоиды, глина, песок, парафин, озокерит, показания и противопоказания.

### **Санаторно-курортное лечение**

Санаторно-курортное лечение, определение, режимы, принципы, показания и противопоказания. Основные курорты, краткая характеристика. Роль физиотерапевтических процедур в физической реабилитации

### **Принципы реабилитации лиц пожилого возраста**

Направления реабилитации пожилых людей. Особенности геронтологического ухода за пожилыми людьми.

### **Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания**

Комплексная реабилитация при заболеваниях органов дыхания: цели, задачи, принципы. ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Звуковая гимнастика. Массаж при заболеваниях органов дыхания. ЛФК в бассейне. Физиотерапия при заболеваниях органов дыхания.

### **Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, вегетососудистой дистонии**

ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Дифференцированная программа реабилитации при ишемической болезни сердца, в зависимости от функционального класса. Немедикаментозные методы коррекции вегето-сосудистой дистонии.

### **Физическая реабилитация при ожирении**

Ожирение: определение, классификация, оценка степени ожирения. Лечение ожирения: фармакотерапия, диетотерапия, лечебная физическая культура и массаж при ожирении. Физиотерапия.

### **Физическая реабилитация при нарушении осанки**

Основные виды нарушения осанки, лечебная физическая культура, массаж плавание, физиотерапия при нарушении осанки.

### **Физическая реабилитация при заболеваниях желудочно-кишечного тракта**

Использование лечебной физической культуры, массажа, физиотерапии при заболеваниях органов желудочно-кишечного тракта (ЖКТ). Санаторно-курортное лечение при заболеваниях ЖКТ.

### **Физическая реабилитация при сахарном диабете**

Определение, клиника, типы сахарного диабета, осложнения. Немедикаментозные методы коррекции уровня сахара в крови при сахарном диабете: ЛФК и массаж, диета, физиотерапия.

### **Физическая реабилитация для часто и длительно болеющих детей простудными заболеваниями**

Принципы закаливания организма. Фитотерапия, ароматерапия, массаж и лечебная физическая культура для детей, часто болеющих простудными заболеваниями.

### **Физическая реабилитация при детском-церебральном параличе, нарушении зрения**

Детский церебральный паралич: определение. причины. основные проявления заболевания. Физическая реабилитация при детском церебральном параличе: ЛФК, массаж, анималотерапия, плавание. Физическая реабилитация при нарушении зрения, виды нарушения зрения, клинические проявления. Средства физической реабилитации при нарушении зрения. Особенности проведения занятий по физической культуре. Составление программ по физической реабилитации при ДЦП и нарушении зрения.

## **СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА**

### **ВОПРОСЫ:**

1. Содержание спортивной медицины (основные разделы). Цели, задачи спортивной медицины.
2. Врачебно-педагогические наблюдения (ВПН) в процессе тренировочных занятий. Задачи ВПН. Определение плотности занятия.
3. Определение физиологической «кривой» урока.
4. Оценка степени утомления.
5. Варианты реакции организма спортсмена на дополнительную нагрузку в начале и в конце занятия.
6. Методика проведения повторных нагрузок.
7. Варианты адаптации организма спортсменов к повторным нагрузкам, краткая характеристика.
8. Понятие срочный, отставленный и кумулятивный тренировочный эффекты.
9. Типы реакции на нагрузку при проведении оперативного контроля.
10. Основные противопоказания к занятию спортом.
11. Принципы допуска к занятиям спортом лиц с пограничными состояниями.
12. Задачи учебно-тренировочных сборов. Этапы отборочных сборов.
13. Основные разделы работы врача на учебно-тренировочных сборах.
14. Медицинское обеспечение спортивных соревнований.
15. Этапы медицинского обеспечения спортивных соревнований. Цели и задачи, краткая характеристика.
16. Врачебный контроль за участниками соревнований, профилактика спортивного травматизма.

17. Синдром перенапряжения центральной нервной системы (ЦНС), сердечно-сосудистой системы, гепато-билиарный синдром, мышечно-болевой синдром, синдром перенапряжения системы мочевого выделения и системы крови.
18. Врачебно-педагогический контроль в условиях среднегорья.
19. Стадии адаптации к барометрической болезни.
20. Педагогические аспекты построения тренировочного процесса в условиях среднегорья.
21. Спортивная работоспособность в период реакклиматизации после тренировок в среднегорье.
22. Медицинское обеспечение тренировочного процесса в условиях среднегорья.
23. Высокогорные болезни.
24. Подготовка и проведение соревнований в условиях пониженной и повышенной температуры.
25. Спортивная работоспособность в условиях низких температур, спортивная работоспособность в условиях высокой температуры.
26. Ресинхронизация циркадных ритмов организма при перемене часовых поясов (при перелете на запад, на восток).
27. Причины развития заболеваний у спортсменов и лиц, занимающихся оздоровительной физической культурой.
28. Классификация причин развития заболеваний у спортсменов.
29. Десинхронизация: определение, классификация, причины развития, клинические проявления, средства восстановления.
30. Усталость, переутомление, перенапряжение определение, клинические проявления, методы коррекции.
31. Спортивная болезнь. Определение, причины развития, клинические проявления и методы коррекции.
32. Синдром перенапряжения центральной нервной системы (ЦНС), сердечно-сосудистой системы, гепато-билиарный синдром, мышечно-болевой синдром, синдром перенапряжения системы мочевого выделения и системы крови.
33. Средства и методы восстановления лиц, занимающихся оздоровительной физической культурой и спортом.
34. Понятие текущего, срочного и отставленного восстановления в спорте
35. Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата.
36. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата у спортсменов.
37. Травмы мышц, сухожилий и вспомогательного аппарата суставов. Переломы костей.
38. Спортивно-педагогическое направление профилактики травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата у спортсменов.
39. Методики наложения тейповых повязок на различные части тела.

40. Допустимые сроки возобновления тренировочных занятий после повреждений опорно-двигательного аппарата.
41. Комплекс медицинских обследований при допуске к занятиям оздоровительной физической культурой.
42. Организация и задачи врачебного контроля за физическим воспитанием в школе. Осмотры школьников. Распределение на группы: основную, подготовительную, специальную медицинскую.
43. Принципы определения физической работоспособности лиц, занимающихся физической культурой. Методы экспресс-оценки уровня физического состояния.
44. Принципы определения уровня общей физической работоспособности лиц среднего и пожилого возраста. Двигательные режимы в системе оздоровительной физической культуры.
45. Цель проведения функциональных проб в спортивной медицине. Определение понятия «Функциональная проба». Общие требования, предъявляемые к проведению функциональных проб. Показания к проведению функциональных проб. Противопоказания к проведению функциональных проб. Показания для прекращения тестирования.
46. Классификация функциональных проб.
47. Функциональные пробы, используемые при диагностике состояния дыхательной системы у лиц, занимающихся оздоровительной физической культурой и спортом: гипоксические пробы. Проба Штанге (с гипервентиляцией и физической нагрузкой), методика проведения и оценка пробы. Проба Генчи, методика проведения, оценка.
48. Функциональные пробы, используемые при диагностике состояния реакции сердечно-сосудистой системы у лиц, занимающихся оздоровительной физической культурой и спортом: проба Руфье. Методика проведения, оценка результатов. Проба С.П. Летунова.
49. Типы реакций сердечно – сосудистой системы на нагрузку.
50. Функциональное состояние нервной системы и нервно – мышечного аппарата. Проба Ромберга простая и усложненная. Методика проведения и оценка полученных результатов.
51. Ортостатические пробы. Методика проведения и оценка полученных результатов.
52. Клиностатическая проба. Методика проведения и оценка полученных результатов.
53. Допинг в спорте, методика проведения допинг-контроля в различных видах спорта.
54. Влияние допинга на здоровье спортсменов. Принципы организации антидопингового контроля.
55. Структура заболеваемости у спортсменов. Заболевания, наиболее часто встречающиеся в клинической практике спортивной медицины: центральная и периферическая нервная система, сердечно-сосудистая система, система дыхания, система пищеварения, система мочевыделения, опорно-двигательный аппарат, ЛОР-органы (нос, горло, ухо), орган зрения.

56. Заболевания, которые могут явиться причиной внезапной смерти при занятиях физической культурой и спортом: порок сердца, инфаркт миокарда кардиомиопатии.

57. Острые нарушения мозгового кровообращения.

58. Острые травмы у спортсменов, закрытая черепно-мозговая травма. Сотрясение головного мозга. ушиб (контузия) головного мозга. сдавление головного мозга.

59. Внезапная смерть в спорте.

**ТЕМЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНОМУ ИЗУЧЕНИЮ:**

**Введение в дисциплину «спортивная медицина»**

Общие представления о спортивной медицине. Цели, задачи и содержание спортивной медицины, понятие о здоровье и болезни, причины развития болезни, условия развития болезни: внутренние и внешние, периоды болезни, исходы болезни.

**Врачебный контроль. Методы исследования в спортивной медицине**

Цель врачебного обследования. Диспансерный метод наблюдения за спортсменами. Основные задачи диспансерного наблюдения. Врачебно-физкультурная консультация: понятие, цели и задачи. Спортивная морфология и антропометрия. Особенности физического развития и телосложения представителей различных видов спорта.

**Медицинское обеспечение занятий физической культурой и спортом, тренировочных занятий и соревнований**

Врачебно-педагогические наблюдения (ВПН) в процессе тренировочных занятий. Задачи ВПН. Определение плотности занятия. Определение физиологической «кривой» урока. Оценка степени утомления. Задачи кабинета врачебного контроля. Варианты реакции организма спортсмена на дополнительную нагрузку в начале и в конце занятия. Методика проведения повторных нагрузок. Варианты адаптации организма спортсменов к повторным нагрузкам, краткая характеристика. Понятие срочный, отставленный и кумулятивный тренировочный эффекты. Типы реакции на нагрузку при проведении оперативного контроля. Основные противопоказания к занятию спортом. Принципы допуска лиц к занятиям спортом лиц с пограничными состояниями.

**Медицинское обеспечение учебно-тренировочных сборов и спортивных соревнований, профилактика травматизма в спорте**

Задачи учебно-тренировочных сборов. Краткая характеристика. Этапы отборочных сборов. Основные разделы работы врача на учебно-тренировочных сборах. Медицинское обеспечение спортивных соревнований. Этапы медицинского обеспечения спортивных соревнований. Цели и задачи, краткая характеристика.

Врачебный контроль за участниками соревнований, профилактика спортивного травматизма. Специфика спортивных травм в различных видах спорта. Наиболее часто встречающиеся спортивные травмы. Особенности заболевания и травмы у юных спортсменов.

Особенности медицинского обеспечения на соревнованиях и сборах по восточным единоборствам.

### **Хроническое перенапряжение ведущих органов и систем организма у спортсменов**

Причины развития заболеваний у спортсменов и лиц, занимающихся оздоровительной физической культурой. Классификация причин развития заболеваний у спортсменов. Десинхроноз: определение, классификация, причины развития, клинические проявления, средства восстановления. Усталость, переутомление, перенапряжение определение, клинические проявления, методы коррекции. Спортивная болезнь. Определение, причины развития, клинические проявления и методы коррекции.

### **Врачебно-педагогический контроль за учебно-тренировочными сборами и соревнованиями в различных климатогеографических условиях: среднегорье, повышенная и пониженная температура окружающей среды**

Врачебно-педагогический контроль в условиях среднегорья. Стадии адаптации к барометрической болезни. Педагогические аспекты построения тренировочного процесса в условиях среднегорья.

Спортивная работоспособность в период реакклиматизации после тренировок в среднегорье. Медицинское обеспечение тренировочного процесса в условиях среднегорья. Высокогорные болезни. Подготовка и проведение соревнований в условиях пониженной и повышенной температуры.

Спортивная работоспособность в условиях низких температур, спортивная работоспособность в условиях высокой температуры. Ресинхронизация циркадных ритмов организма при перемене часовых поясов при перелете на запад, на восток.

Десинхроноз: определение, классификация, причины развития, клинические проявления, средства восстановления.

### **Синдромы перенапряжения при занятии оздоровительной физической культурой и спортом. Средства восстановления и повышения работоспособности в спорте**

Синдром перенапряжения центральной нервной системы (ЦНС), сердечно-сосудистой системы, гепато-билиарный синдром, мышечно-болевой синдром, синдром перенапряжения системы мочевого выделения и системы крови. Понятие текущего, срочного и отставленного восстановления в спорте. Средства восстановления и повышения работоспособности в спорте: педагогические, психологические и медико-биологические средства

восстановления (массаж, физиотерапия, лечебная физическая культура, водные процедуры и т.д.).

### **Хроническое перенапряжение, специфические заболевания и острые повреждения опорно-двигательного аппарата при занятиях спортом**

Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата у спортсменов. Травмы мышц, сухожилий и вспомогательного аппарата суставов. Переломы костей. Спортивно-педагогическое направление профилактики травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата у спортсменов. Методики наложения тейповых повязок на различные части тела. Допустимые сроки возобновления тренировочных занятий после повреждений опорно-двигательного аппарата.

### **Медицинский контроль в массовой физической культуре**

Комплекс медицинских обследований при допуске к занятиям оздоровительной физической культурой. Организация и задачи врачебного контроля за физическим воспитанием в школе. Осмотры школьников. Распределение на группы: основную, подготовительную, специальную медицинскую. Принципы определения физической работоспособности лиц, занимающихся физической культурой. Методы экспресс-оценки уровня физического состояния. Принципы определения уровня общей физической работоспособности лиц среднего и пожилого возраста. Двигательные режимы в системе оздоровительной физической культуры. Количество и содержание физических упражнений для развития и поддержания физического состояния.

### **Допинг в спорте, принципы организации антидопингового контроля**

Допинг в спорте, методика проведения допинг-контроля в различных видах спорта. Влияние допинга на здоровье спортсменов. Принципы организации антидопингового контроля.

### **Функциональные пробы в спортивной медицине и их оценка.**

Цель проведения функциональных проб в спортивной медицине. Определение понятия «Функциональная проба». Общие требования, предъявляемые к проведению функциональных проб. Показания к проведению функциональных проб. Противопоказания к проведению функциональных проб. Показания для прекращения тестирования.

Классификация функциональных проб. Проба Штанге (с гипервентиляцией и физической нагрузкой), методика проведения и оценка пробы. Проба Генчи, методика проведения, оценка. Проба Руфье. Методика проведения, оценка результатов. Проба С.П. Летунова. Типы реакций сердечно – сосудистой системы на нагрузку. Гарвардский степ – тест методика проведения и оценка полученных результатов. Тест PWC<sub>170</sub>.

Пробы с натуживанием. Проба Ромберга простая и усложненная. Методика проведения и оценка полученных результатов. Ортостатические пробы. Клиностатическая проба.

### **Структура заболеваемости спортсменов. Заболевания и травмы у спортсменов. Неотложные состояния.**

Структура заболеваемости у спортсменов. Заболевания, наиболее часто встречающиеся в клинической практике спортивной медицины. Заболевания, которые могут явиться причиной внезапной смерти при занятиях физической культурой и спортом. Острые травмы у спортсменов. Закрытая черепно-мозговая травма. Сотрясение головного мозга. Ушиб (контузия) головного мозга. Сдавление головного мозга. Особенности черепно-мозговой травмы у боксеров. Черепно-мозговые травмы при занятиях восточными единоборствами. Закрытые повреждения позвоночника и спинного мозга. Травмы внутренних органов. Травмы носа, уха, гортани, зубов и глаз. Внезапная смерть в спорте. Неотложные состояния при различных состояниях у лиц, занимающихся оздоровительной физической культурой и спортом.

## **СПЕЦИАЛЬНЫЕ МЕДИЦИНСКИЕ ГРУППЫ В ШКОЛЕ**

### **ВОПРОСЫ:**

1. Группы здоровья. Распределение учащихся школ на группы для занятий по физической культуре.
2. Организационные и методические рекомендации по двигательной активности учащихся, принадлежащих к разным группам здоровья.
3. Особенности методики развития физических качеств при различных отклонениях в состоянии здоровья у детей и подростков.
4. Врачебно-педагогический контроль, медицинские плановые осмотры, документация в СМГ в школе.
5. Основные задачи физического воспитания в специальных медицинских группах.
6. Дозирование физической нагрузки в оздоровительных целях в специальной медицинской группе. Контроль при занятиях физическими упражнениями: педагогический контроль, врачебный контроль.
7. Виды реакции на физическую нагрузку.
8. Организационная деятельность учителя физической культуры в СМГ в школе. Документация. Особенности проведения уроков по физической культуре в СМГ.
9. Особенности проведения занятий по физической культуре в специальной медицинской группе у детей, страдающих различными заболеваниями: (заболевания дыхательной системы, заболевания сердечно-сосудистой системы, вегето-сосудистой дистонии, заболеваниях нервной



системы, нарушении зрения, заболеваниях желудочно-кишечного тракта и эндокринной системы, опорно-двигательного аппарата).

**ТЕМЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНОМУ ИЗУЧЕНИЮ:**

**Группы здоровья, группы для занятий физической культурой. Организационные и методические рекомендации по двигательной активности учащихся школ**

Группы здоровья. Группы для занятий по физической культуре в школе. Распределение учащихся школ на группы для занятий по физической культуре. Организационные и методические рекомендации по двигательной активности учащихся, принадлежащих к разным группам здоровья. Особенности методики развития физических качеств при различных отклонениях в состоянии здоровья у детей и подростков.

**Врачебно-педагогический контроль в специальной медицинской группе**

Врачебно-педагогический контроль, медицинские плановые осмотры, документация в СМГ в школе. Основные задачи физического воспитания в специальных медицинских группах. Дозирование физической нагрузки в оздоровительных целях в специальной медицинской группе. Контроль при занятиях физическими упражнениями: педагогический контроль, врачебный контроль. Виды реакции на физическую нагрузку. Организационная деятельность учителя физической культуры в СМГ в школе. Документация. Особенности проведения уроков по физической культуре в СМГ.

**Средства и методы по физическому воспитанию, используемые в специальной медицинской группе**

Функции физических упражнений. Закаливание, игры, самомассаж. Общеоздоровительные, специально-оздоровительные (лечебные), общеразвивающие, стимулирующие, и специально-развивающие физические упражнения.

**Особенности проведения занятий по физической культуре в специальной медицинской группе при различных заболеваниях и состояниях. Методика перевода из одной группы в другую**

Особенности толерантности к физической нагрузке у детей групп А и Б. Возможности адаптации в группах А и Б, ожидаемые результаты занятий. Пробы состояний до, вовремя и после занятий на уроках физической культуры в СМГ. Определение толерантности в процессе занятий в СМГ: исходный уровень, динамика в процессе занятий на разных этапах в группах А и Б. Особенности проведения занятий по физической культуре в специальной медицинской группе у детей, страдающих различными заболеваниями: (заболевания дыхательной системы, заболевания сердечно-сосудистой системы, вегето-сосудистой дистонии, заболеваниях нервной системы, нарушении зрения, заболеваниях желудочно-кишечного тракта и эндокринной системы, опорно-двигательного аппарата).

### **3. ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ И МИНИМАЛЬНОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ, ПОДТВЕРЖДАЮЩЕЕ УСПЕШНОСТЬ ПРОХОЖДЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ**

Вступительное испытание проводится в форме устного ответа на вопросы билета по дисциплинам «Основы физической реабилитации», «Спортивная медицина», «Специальные медицинские группы в школе».

Всего составлено 30 билетов. Каждый из них имеет 3 вопроса. Конкретный материал по всем разделам сформулирован лаконично и коротко.

Вопросы, которые будут рассматриваться в билетах и литература, которой можно пользоваться в процессе подготовки к испытанию, предложены в перечне вопросов для подготовки к сдаче вступительного испытания по дисциплинам для абитуриентов, поступающих на направление подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (Магистерская программа: Физическая реабилитация), образовательной программы магистратуры в разделе 1 данной программы.

В аудиторию испытуемые заходят по одному, предъявляя экзаменатору свой паспорт и экзаменационный лист, занимают место по своему выбору. Экзаменатор разрезает конверт с билетами и раскладывает их перед абитуриентами. Поступающих знакомят с порядком сдачи экзамена и с системой его оценивания. После этого все абитуриенты покидают аудиторию.

Для участия во вступительном испытании в аудиторию заходят первые 6 человек, выбирают билеты, сообщают номер билета экзаменатору, получают лист с печатью для подготовки к устному ответу и занимают место по выбору. Для подготовки к ответу по билету предлагается 20-25 минут.

Следующий этап – подготовка к ответу. Абитуриент записывает на листке свои мысли, структурирует будущий ответ. По готовности – садится перед комиссией и отвечает по вопросам билета. Ответ оценивается в соответствии с принятыми критериями оценки, которые приведены ниже. Абитуриенту могут быть заданы дополнительные или наводящие вопросы.

Во время испытания абитуриенты не имеют права пользоваться мобильными телефонами. Если абитуриент нарушает требования экзаменатора, он может быть освобожден от продолжения испытания.

При обнаружении во время подготовки к ответу списывания из конспекта, учебника, других источников поступающей от дальнейшего прохождения испытания отстраняется.

При нарушении абитуриентом дисциплины во время испытания он также от дальнейшего прохождения испытания отстраняется.

В случае отказа абитуриента от ответа на вопросы билета поступающий, к дальнейшему испытанию не допускается и его ответ не оценивается.

Оценивание выполнения заданий осуществляется по 100-балльной

шкале (максимум 40 баллов – за ответ по дисциплине «Основы физической реабилитации», 30 баллов – за ответ по «Спортивной медицине» и 30 баллов по дисциплине «Специальные медицинские группы в школе».

Вступительное испытание считается пройденным, если абитуриент набрал 60 баллов и более. При получении 59 баллов и менее абитуриент не допускается к участию в конкурсе на зачисление в ДонГУ.

Максимальное количество баллов – 100 баллов.

Минимальное количество баллов, подтверждающее успешность прохождения вступительного испытания – 60 баллов. Далее представлены критерии оценивания вступительного испытания.

### **Критерии оценивания вступительного испытания (по 100 - бальной шкале)**

#### **Отлично – 40 баллов «Основы физической реабилитации»**

Оценку «отлично» (31-40 баллов) за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший всестороннее и глубокое знание программного материала, предусмотренного программой, усвоивший основную, дополнительную и рекомендованную литературу, предусмотренную программой.

Оценку «хорошо» (21-30 баллов) за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший полное знание программного материала, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе, способный к самостоятельному пополнению знаний в ходе дальнейшей профессиональной деятельности.

Оценку «удовлетворительно» (11-20 баллов) заслуживает студент, обнаруживший знания основного программного материала в объеме, необходимом для предстоящей работы по профессии, ознакомленный с основной литературой, рекомендованной программой. Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающимся, допустившим погрешности в ответе на экзамене, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения.

Оценка «неудовлетворительно» (0-10 баллов) выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного программного материала, допустившему принципиальные ошибки в ответе. Оценка «неудовлетворительно» ставится обучающимся, которые не могут приступить к профессиональной деятельности по окончании образовательной организации.

*Оценочные средства* включают в себя фонд вопросов, предназначенных для определения степени сформированности знаний, умений и навыков абитуриента в результате ответов по дисциплине: «Основы физической реабилитации» в ходе устного экзамена.

**Отлично – 30 баллов «Спортивная медицина», «Специальные медицинские группы в школе»**

Оценку «отлично» (26-30 баллов) за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший всестороннее и глубокое знание

программного материала, предусмотренного программой, усвоивший основную, дополнительную и рекомендованную литературу, предусмотренную программой.

Оценку **«хорошо» (21-25 баллов)** за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший полное знание программного материала, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе, способный к самостоятельному пополнению знаний в ходе дальнейшей профессиональной деятельности.

Оценку **«удовлетворительно» (11-20 баллов)** заслуживает студент, обнаруживший знания основного программного материала в объеме, необходимом для предстоящей работы по профессии, ознакомленный с основной литературой, рекомендованной программой. Оценка **«удовлетворительно»** выставляется обучающимся, допустившим погрешности в ответе на экзамене, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения.

Оценка **«неудовлетворительно» (0-10 баллов)** выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного программного материала, допустившему принципиальные ошибки в ответе. Оценка **«неудовлетворительно»** ставится обучающимся, которые не могут приступить к профессиональной деятельности по окончании образовательной организации.

*Оценочные средства* включают в себя фонд вопросов, предназначенных для определения степени сформированности знаний, умений и навыков абитуриента в результате ответов по дисциплинам: «Спортивная медицина», «Специальные медицинские группы в школе» в ходе устного экзамена.

Окончательная оценка является суммой баллов за ответы по 3 вопросам:

40 баллов + 30 баллов + 30 баллов = 100 баллов.

## **4. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ВСТУПИТЕЛЬНОМУ ИСПЫТАНИЮ**

### **Основы физической реабилитации**

1. Марченко О.К. Основы физической реабилитации [Текст]: учеб. Для студентов вузов / О.К. Марченко. - К.: Олимпийская литература. - 2012. – 528 с.
2. Общие вопросы физической реабилитации: учебно-методическое пособие для самостоятельной работы студентов всех факультетов по основам физической реабилитации / сост.: Ю.А. Гришун, С.С. Люгайло; ДИФКС. - Донецк, 2016 - 71с. (CD)
3. Теория и методика физического воспитания [Текст]: учеб. для студентов высших учебных заведений / Т.45кЮ. Круцевич. – Том. 2. – К.: «Олимпийская литература». – 2003. – 393 с.

### **Спортивная медицина**

1. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник. - М.: Советский спорт, 2003. - 480 с: ил. ISBN 5-85009-765-1
2. Теория и методика физического воспитания [Текст]: учеб. для студентов высших учебных заведений / Т. Ю. Круцевич. – Том. 2. – К.: «Олимпийская литература». – 2003. – 393 с.
3. Тестирование в спортивной медицине/ В.Л. Карпман, З.Б. Белоцерковский, И. А. Гудков. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.
4. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учебное пособие / Б.Х. Ланда. – М.: Советский спорт, 2008. – 244 с.

### **Специальные медицинские группы в школе**

1. Теория и методика физического воспитания: учеб. для студентов высших учебных заведений / Т.Ю. Круцевич. – Том. 2. – К.: «Олимпийская литература». – 2003. – 393 с.
2. Марченко О.К. Основы физической реабилитации [Текст]: учеб. Для студентов вузов / О.К. Марченко. – К.: Олимпийская литература. – 2012. – 528 с.
3. Физическая культура: учебник для студентов вузов, обучающихся по дисциплине «Физическая культура» / [М. Я. Виленский и др.]; под ред. М. Я. Виленского. – 2-е изд., стер. – М.: Кнорус, 2013. – 424 с.
4. Милюкова И.В. Лечебная физкультура: новейший справочник СПб.: Сова, 2005
5. Белозерова Л.М., Власова Л.Н., Клестов В.В. Лечебная физическая культура в педиатрии: Учеб. пособие / Л.М. Белозерова, Л.Н. Власова, В.В. Клестов. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. – 222 с.
6. Дубровский В.Н. Лечебная физическая культура: Учеб. -2е изд., стереотип М.: Владос, 2001. – 608 с.

7. Елифанов В.А. Лечебная физическая культура / Учебное пособие для вузов. М.: Издат. дом «ГЭОТААМЕД», 2002. – 560 с.

8. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учебное пособие / Б.Х. Ланда. – М.: Советский спорт, 2008. – 244 с.

9. Фонарев М.И. «Справочник по детской ЛФК» / М.И. Фонарев. – Л.: Медицина, 1983. – 360 с.