

**ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧАСТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«СОВРЕМЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ»
(ПОЧУ «СКПО»)**

УТВЕРЖДАЮ
Директор ПОЧУ «СКПО»
П.Ф. Зубаилова
«29» мая 2025г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.04. ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ

для специальности
49.02.01 Физическая культура

Квалификация: Учитель физической культуры

Форма обучения – очная

Дербент 2025

Рабочая программа по учебной дисциплине ОП.04 Физиология с основами биохимии разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура.

Организация-разработчик: Профессиональное образовательное частное учреждение «Современный колледж профессионального образования» (ПОЧУ «СКПО»).

Разработчик:

преподаватель ПЦК ЕСЭд Гашумова Р.С.
(занимаемая должность) (степ., инициалы, фамилия)

Одобрено на заседании ПЦК
Естественнонаучных и социально-экономических дисциплин
«28» мая 2025 г., протокол № 10

Председатель ПЦК Новрузов Т.Ф.
(степ., инициалы, фамилия)

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ.....	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	16

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.04 ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа по учебной дисциплине ОП.04 Физиология с основами биохимии является частью программы подготовки специалистов среднего звена среднего профессионального образования базовой подготовки по специальностям СПО, входящим в состав укрупненной группы специальностей 49.02.01 Физическая культура и спорт.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: Дисциплина ОП.04 Физиология с основами биохимии относится к общепрофессиональным дисциплинам и входит в профессиональный учебный цикл.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:
В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

уметь:

- измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;
- оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов;
- оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте;
- использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой;
- применять знания по физиологии и биохимии при изучении профессиональных модулей;

знать:

- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;
- понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека;
- регулирующие функции нервной и эндокринной систем;
- роль центральной нервной системы в регуляции движений;
- особенности физиологии детей, подростков и молодежи;
- взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;
- физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;
- механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности;
- биохимические основы развития физических качеств;
- биохимические основы питания;
- общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой;
- возрастные особенности биохимического состояния организма;

иметь практический опыт:

- использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой.

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие общие компетенции, включающие в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
--

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.
ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.
ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.
ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.
ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.
ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.
ЛР 14. Способный ставить перед собой цели под возникающие жизненные задачи, подбирать способы решения и средства развития, в том числе с использованием цифровых средств; содействующий поддержанию престижа своей профессии и образовательной организации.
ЛР 18. Осознающий значимость системного познания мира, критического осмысления накопленного опыта.

ЛР 22. Демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости.

1.4. Количество часов на освоение учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 138 часов, в том числе:

- лекционные занятия – 46 часов
- практические занятия – 46 часов
- самостоятельной работы обучающегося 46 часов

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	138
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	92
в том числе:	
лекционные занятия	46
практические занятия	46
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	46
<i>Промежуточная аттестация в форме диф. зачета</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.04 Физиология с основами биохимии

	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека.		56	
Тема 1.1. Введение.	Лекционные занятия Определение содержания физиологии как науки. Методы исследования физиологических функций. Значение дисциплины для организации учебно-воспитательного процесса.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение домашнего задания: Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека.	2	
Тема 1.2. Общие закономерности роста и развития организма.	Лекционные занятия Понятие об уровнях организации живых систем. Онтогенез. Постнатальная возрастная периодизация. Основные закономерности роста и развития детского организма. Механизмы, обеспечивающие взаимодействие органов и целостность организма.	2	1,2
	Практические занятия: Составление и описание схемы по теме: Строение клетки как структурной и функциональной единицы организма.	2	
Тема 1.3. Физиология крови.	Лекционные занятия Внутренняя среда организма и ее постоянство. Понятие гомеостаза, метаболизма, физиологической адаптации организма. Состав крови, ее функции. Функции форменных элементов крови.	2	1,2
	Практические занятия: Исследование эритроцитов под микроскопом по мазку крови. Измерение и оценка физиологических показателей организма человека: - определение пульса; - артериальное давление, его измерение; - функциональные пробы на реактивность сердечно-сосудистой системы.	4	
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка сообщения по теме: Возрастные особенности системы крови.	2	
Тема 1.4. Эндокринная система.	Лекционные занятия Понятие желез внутренней секреции. Гипоталамо-гипофизарная система. Гормоны, их роль в регуляции физиологических функций.	2	1,2

	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка ответов на вопросы к семинару по теме: Ортостатическая проба. Регулирующая функция эндокринной системы.</p>	2	
<p>Тема 1.5. Система дыхания.</p>	<p>Лекционные занятия Понятие дыхания, его этапы. Внешнее дыхание. Транспорт газов кровью Обмен газов в легких и тканях. Показатели деятельности дыхательной системы. Нервная регуляция дыхания.</p>	2	1,2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Составление и описание схемы по теме: Возрастные показатели дыхания. Измерение и оценка физиологических показателей организма человека: оценка факторов внешней среды с точки зрения влияния на функции и развитие организма человека в детском, подростковом, юношеском возрасте: - определение частоты дыхания; - спирометрия; - определение времени задержки дыхания при различных физиологических состояниях.</p>	4	
<p>Тема 1.6. Пищеварение и его сущность.</p>	<p>Лекционные занятия Понятие пищеварения. Пищеварение в ротовой полости, желудке, кишечнике. Всасывание. Регуляция пищеварения со стороны нервной и гуморальной систем. Биохимические основы питания.</p>	2	1,2
	<p>Практические занятия: Исследование ферментативных свойств слюны. Решение ситуационных задач и тестов. Составление пищевого рациона спортсменов.</p>	4	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка докладов по теме: Строение зубов, их виды. Уход за зубами. Меры по профилактике заболеваний у детей и подростков.</p>	2	
<p>Тема 1.7. Общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой.</p>	<p>Лекционные занятия Особенности обмена веществ в живом организме, его этапы. Обмен энергии. Особенности обмена веществ спортсменов.</p>	2	2
	<p>Практические занятия: Определение основного обмена по таблицам. Вычисление по формуле Рида. Решение ситуационных задач и тестов.</p>	4	

	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка сообщения по теме: Возрастные изменения основного обмена.	2	
Тема 1.8. Выделение.	Лекционные занятия Возрастные особенности выделительной системы. Нервная и гуморальная регуляция выделительной системы. Характеристика системы выделения. Структурно-функциональная характеристика почки.	2	2
	Практические занятия: Механизм образования мочи, ее состав. Нервная регуляция системы мочеобразования.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка ответов на вопросы к семинару по темам: Регулирующая функция нервной и эндокринной систем в потоотделении. Определение особенностей выделения кожи.	4	
Тема 1.9. Терморегуляция.	Лекционные занятия Особенности физиологии терморегуляции. Регуляция теплоотдачи.	2	2
	Практические занятия: Анализ и определение особенностей теплового баланса.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление и описание схемы по теме: Измерение и оценка физиологических показателей организма человека: - контроль температуры тела в течение дня.	2	
Раздел 2. Роль центральной нервной системы в регуляции движений.		42	
Тема 2.1. Физиология возбудимых тканей.	Лекционные занятия Законы раздражения. Лабильность, ее мера. Оценка возбудимости клетки. Понятие возбудимости, возбуждения. Потенциал покоя, его природа.	2	2
	Практические занятия: Изменение возбудимости при возбуждении. Анализ и определение особенностей возбудимости нервной клетки.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка докладов по теме: Ионный механизм возникновения потенциала действия.	2	
Тема 2.2. Физиология центральной	Лекционные занятия Функции ЦНС. Рефлекторная деятельность ЦНС. Понятие рефлекса. Классификация рефлексов.	2	2

нервной системы.	Рефлекторная дуга как структурная основа рефлекса. Нервный центр, его свойства. Проведение нервного импульса по нервным волокнам и через синапсы.		
	Практические занятия: Анализ рефлекторной дуги. Исследование рефлекторных реакций человека. Определение особенностей строения нейрона.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление и описание схемы по теме: Нейрон как структурная и функциональная единица нервной системы. Подготовка доклада по теме: Торможение в ЦНС. Подготовка сообщения по теме: Координационная деятельность ЦНС.	4	
Тема 2.3. Физиология вегетативной нервной системы.	Лекционные занятия Симпатическая нервная система. Парасимпатическая нервная система. Рефлекторная дуга рефлекса вегетативной нервной системы.	2	2
	Практические занятия Оценка функционального состояния человека: – исследование состояния вегетативной нервной системы; – анализ рефлекторной дуги, рефлекса вегетативной нервной системы; – решение ситуационных задач и тестов.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Составление и описание схем по теме: Общий план строения вегетативной нервной системы. Центры и афференты вегетативной нервной системы.	2	
Тема 2.4. Регулирующие функции нервной и эндокринной систем.	Лекционные занятия Понятие о регуляции функций организма. Уровни регуляции: клеточный, гуморальный, нервно-рефлекторный. Системный принцип регуляции.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся: Определение нервно-рефлекторного уровня регуляции функций организма человека.	2	
Тема 2.5. Регуляция движений.	Лекционные занятия Функциональная характеристика скелетной мышцы и механизм ее сокращения. Виды мышечных сокращений. Сила мышц и ее работа. Утомление мышц и его профилактика.	2	2

	<p>Практические занятия Оценка функционального состояния человека и его работоспособности: - динамометрия; - исследование максимального мышечного усилия и силовой выносливости мышц кисти.</p>	2	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Составление опорных конспектов по темам: Строение поперечно-полосатых мышц. Свойства скелетных мышц.</p>	2	
<p>Тема 2.6. Роль центральной нервной системы в регуляции движения.</p>	<p>Лекционные занятия Строение спинного мозга. Строение продолговатого мозга, моста, среднего мозга. Строение мозжечка. Общее строение головного мозга. Строение промежуточного мозга.</p>	4	2
	<p>Практические занятия Роль спинного мозга в осуществлении движений. Двигательные системы ствола мозга. Функции ретикулярной формации. Двигательные функции мозжечка. Функции промежуточного мозга, базальных ганглиев, лимбической системы. Физиология коры большого мозга.</p>	4	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Составление описание схем по темам: Структурно-функциональная организация коры. Исследование рефлексов спинного мозга: - коленный рефлекс; - ахиллов рефлекс; - локтевой рефлекс. Изучение рефлексов продолговатого мозга. Изучение рефлексов среднего мозга. Пальценосовая проба. Симптомы поражения мозжечка.</p>	4	
<p>Раздел 3 Интегративная деятельность организма</p>		16	
<p>Тема 3.1. Высшая нервная деятельность</p>	<p>Лекционные занятия Нейрофизиологические механизмы психических функций: научение, память. Понятие ВНД. Сравнительная характеристика условных и безусловных рефлексов. Созревания</p>	4	2

	условных рефлексов в онтогенезе. Этапы формирования условных рефлексов у детей. Динамический стереотип, его значение. Торможение условных рефлексов, его виды.		
	Практические занятия: Определение механизма образования условных рефлексов. Определение частных типов ВНД.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление опорного конспекта по теме: Учение о типах ВНД. Особенности физиологии ВНД детей, подростков и молодежи.	2	
Тема 3.2. Физиология анализаторных систем	Лекционные занятия Учение И.П. Павлова об анализаторах. Виды рецепторов, их свойства. Роль слухового и зрительного анализаторов в регуляции произвольных движений.	2	2
	Практические занятия: Физиология кожной рецепции. Роль вестибулярного аппарата в управлении движениями. Исследование анализаторных систем. Определение остроты зрения.	4	
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление опорного конспекта по темам: Интерорецепция. Обонятельный анализатор. Вкусовой анализатор Составление и описание схемы по теме: Строение глаза, уха, кожи. Составление опорного конспекта по теме: Исследование тактильной чувствительности кожи.	2	
Раздел 4 Взаимосвязи физических и функциональных возможностей организма.		24	
Тема 4.1. Физиология внутренних органов при физических нагрузках.	Лекционные занятия Влияние физической нагрузки на сердечно-сосудистую систему, систему дыхания, пищеварения. Температура тела в условиях физической нагрузки.	2	2
	Практические занятия: Возрастные особенности биохимического состояния организма. Исследование деятельности сердца при различных нагрузках. Анализ и определение особенностей электрокардиограммы, ее зубцов и интервалов.	2	

	Самостоятельная работа обучающихся Составление и описание схемы по теме: Изменение показателей системы крови под влиянием физических нагрузок у спортсменов.	2	
Тема 4.2. Физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления.	Лекционные занятия Состояние организма при занятиях спортом. Торможение в ЦНС. Координационная деятельность ЦНС. Спортивная форма. Утомление, его механизм, профилактика. Адаптивные процессы при тренировке.	4	2
	Практические занятия: Функциональные резервы организма. Тестирование физической работоспособности. Выявление особенностей нагрузочных тестов для детей.	4	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка докладов по темам: Учет морфофункциональных особенностей, возраста и пола при занятиях физкультурой. Торможение в ЦНС. Координационная деятельность ЦНС.	2	
Тема 4.3. Механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности.	Лекционные занятия Общие представления о биохимической адаптации организма к мышечной деятельности. Мобилизация энергетических ресурсов организма при мышечной деятельности.	2	1,2
	Практические занятия: Расчет количества (в г) белков, жиров и углеводов в суточном режиме велогонщика. Подготовить сообщение по теме: Потребление кислорода при мышечной деятельности.	2	
Тема 4.4. Биохимические основы развития физических качеств.	Практические занятия: Адаптация к систематической мышечной деятельности. Анализ изменений в метаболизме тренированного организма.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Анализ изменений энергетического обмена, вызванных физической нагрузкой. Анализ влияния многолетней тренировки на организм спортсмена.	2	
Всего:		138	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1- ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

2- репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)

3- продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Республика Дагестан, 368607, г. Дербент, ул. Х. Тагиева, зд.33 «з»

Учебная аудитория №27 (2 этаж)

Кабинет анатомии, физиологии и гигиены человека

Учебная мебель (столы и стулья ученические, преподавательские стул и стол);

Доска – 1 шт.;

Шкаф- 1 шт.;

Учебно-наглядные материалы;

Проекционный экран;

Мультимедийный проектор – 1 шт.;

Ноутбук с возможностью подключения к сети «Интернет»;

Комплект лицензионного ПО (операционная система - Windows 10 Pro, текстовый редактор - Microsoft Word 2016

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература:

1. Воробьева, Т. Г. Физиология человека : практикум : [16+] / Т. Г. Воробьева, А. В. Турманидзе. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2020. – 120 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=614048>

2. Ериков, В. М. Анатомо-физиологические особенности организма человека : учебное пособие : [16+] / В. М. Ериков, А. А. Никулин, Т. А. Сидоренко ; Рязанский государственный университет им. С. А. Есенина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 317 с. : ил., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596059>

3. Федюкович, Н.И. Анатомия и физиология человека: учебник / Н.И. Федюкович. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2020. – 574 с.: URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=601645>

Дополнительная литература:

1. Болманенкова, Т. А. Основы физического воспитания : учебное пособие : [12+] / Т. А. Болманенкова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 236 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=571983>

2. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник для высших учебных заведений физической культуры / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – 11-е изд. – Москва : Спорт, 2023. – 624 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=709016>

3. Недзведь, М. К. Патологическая анатомия и патологическая физиология человека : учебник / М. К. Недзведь, Ф. И. Висмонт, Т. М. Салтсидис. – Минск : РИПО, 2021. – 288 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=697627>

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Справочно-правовые системы

Консультант Плюс

Электронные ресурсы:

1. Электронно-библиотечная система [«Университетская библиотека онлайн»](http://www.biblioclub.ru/) // www.biblioclub.ru/.

Электронные образовательные ресурсы

1. Библиотека МЭШ uchebnik.mos.ru

2. ГНПБ им. К.Д. Ушинского. - <http://www.gnpbu.ru/>

3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru>

4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам». - <http://window.edu.ru/>

5. Научно-методический журнал «Начальная школа» - <https://n-shkola.ru/>

6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) <https://rusneb.ru/>

7. Педагогическая периодика - <http://periodika.websib.ru/>

8. Российская государственная библиотека // <https://www.rsl.ru/>

9. Российская электронная школа - <https://resh.edu.ru/>

10. Российская электронная школа. Видеоуроки и тренажеры по всем учебным предметам. <https://resh.edu.ru>

11. Справочно-информационный портал ГРАМОТА.РУ - <http://gramota.ru/>

12. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов College.ru

13. Федеральный центр электронных образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>

14. Электронное издание «Практическая педагогика» - <https://www.pped.ru/doshkolnoe>

15. Электронный периодический журнал «Вестник Образования» - <https://vestnik.edu.ru/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических работ, устного и письменного опроса, а также выполнения обучающимися тестовых заданий, самостоятельной работы.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ измерять и оценивать физиологические показатели организма человека; ➤ оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов; ➤ оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте; ➤ использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой; ➤ применять знания по физиологии и биохимии при изучении профессиональных модулей; <p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; ➤ понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека; ➤ регулирующие функции нервной и эндокринной систем; ➤ роль центральной нервной системы в регуляции движений; ➤ особенности физиологии детей, подростков и молодежи; ➤ взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; ➤ физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; ➤ механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; ➤ биохимические основы развития физических качеств; ➤ биохимические основы питания; ➤ общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой; ➤ возрастные особенности биохимического состояния организма; <p>иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой. 	<p>Наблюдение и оценка выполнения заданий на практических занятиях, устных ответах на вопросы.</p> <p>Оценка выполнения устных заданий, письменных диктантов результатов тестирования, выполнения самостоятельной работы, устных ответах на уроках, зачетах, экзамене.</p> <p>- выполнение и защита практических работ.</p>