

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)



УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по ОД

А.А. Панфилов

« 01 » сентября 2021г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ  
«ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ»**

для специальности среднего профессионального образования  
**гуманитарного профиля**  
(наименование профиля)  
специальности 49.02.01 «Физическая культура»

Владимир, 2021

Рабочая программа учебной дисциплины «Физиология с основами биохимии» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 49.02.01 «Физическая культура» (утверждённым приказом № 976 от 11 августа 2014 г.)

Кафедра-разработчик: Теоретических и медико - биологических основ физической культуры

Рабочую программу составил: доцент кафедры ТМБОФК ВлГУ Пулина В.В. 

Рецензент

(представитель работодателя) ГБУЗ ВО «Областной центр ЛФК и СМ»,

главный врач \_\_\_\_\_

(место работы, должность, ФИО, подпись)

 Киселев В.О.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК протокол № 1 от «31» 08 2020 года

Заведующий кафедрой ТМБОФК  Батоцыренова Т.Е.  
(наименование кафедры) (подпись) Ф.И.О.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии по специальности 49.02.01

протокол № 1 от «31» 08 2020 года



Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии КИТП ВлГУ

протокол № 1 от «31» августа 2021 года

Директор КИТП ВлГУ  Н.Е. Мишулина

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

Программа переутверждена на 2021/2022 учебный год  
Протокол заседания кафедры № 11 от 22.06.2021  
Заведующий кафедрой [подпись]

Программа переутверждена на \_\_\_\_\_ учебный год  
Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_  
Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Программа переутверждена на \_\_\_\_\_ учебный год  
Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_  
Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Программа переутверждена на \_\_\_\_\_ учебный год  
Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_  
Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

## СОДЕРЖАНИЕ

	<b>СТР.</b>
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>5</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>14</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>16</b>

## 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Физиология с основами биохимии» является обязательной частью профессионального цикла общепрофессиональных дисциплин в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 «Физическая культура».

Учебная дисциплина «Физиология с основами биохимии» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по профессии/специальности 49.02.01 «Физическая культура». Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 1-12, ПК 1.1-1.8, 2.1-2.6, 3.1-3.5.

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1 - 12 ПК 1.1 - 1.8, 2.1 - 2.6, 3.1 - 3.5	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;	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; физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации; биохимические основы развития физических качеств; биохимические основы питания; общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой; возрастные особенности биохимического состояния организма; методы контроля.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	208
в том числе:	
теоретическое обучение	68
лабораторные работы	68
Лабораторные занятия	-
курсовая работа (проект)	-
самостоятельная работа обучающихся	72
консультации	-
<b>Всего:</b>	208
<b>Промежуточная аттестация</b>	Экзамен

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Анатомия»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Тема 1.</b> Роль и значение физиологии для физической культуры и спорта.	<b>Содержание учебного материала</b> Физиология как наука. История развития физиологии. Значение физиологии для физической культуры и спорта.	<b>2</b>	<b>ОК-1</b> <b>ПК 1.1</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека: раздражимость, возбудимость, проводимость; нервная и гуморальная регуляция, рефлекторный механизм деятельности	<b>2</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 1. Нервная и гуморальная регуляция, рефлекторный механизм деятельности	<b>4</b>	
<b>Тема 2.</b> <b>Нервная система</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Роль и значение нервной системы для организма. Регулирующие функции нервной системы: условные рефлексы, внешнее и внутреннее торможение условных рефлексов, память кратковременная и долговременная и определение ее объема. 2. Динамический стереотип, типы высшей нервной деятельности, I и II сигнальные системы. Определение типа высшей нервной деятельности.	<b>2</b>	<b>ОК-3</b> <b>ПК 1.2</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Функциональная организация скелетных мышц, механизм сокращения и расслабления мышечного волокна, одиночное и тетаническое сокращение,	<b>2</b>	

	электромиограмма.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> 1. Определение мышечной силы. Нейромоторная единица.	<b>4</b>	
<b>Тема 3. Произвольные движения.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Роль различных отделов центральной нервной системы в регуляции движений.	<b>2</b>	<b>ОК-4 ПК-1.6</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Основные принципы организации движений, познотонических реакций, нисходящие моторные системы.	<b>2</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> 1. Основные принципы организации движений.	<b>4</b>	
<b>Тема 4. Сенсорные системы.</b>	<b>Содержание учебного материала.</b> Эстеziология: учение об органах чувств. Общий план организации и функции сенсорных систем, классификация и механизмы возбуждения рецепторов, свойства рецепторов, кодирование информации.	<b>2</b>	<b>ОК-7 ОК-12</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Сенсорные системы: зрительная, слуховая, вестибулярная, тактильная, двигательная, сенсорные системы кожи, внутренних органов, вкуса и обоняния.	<b>2</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> 1. Переработка, взаимодействие и значение сенсорной информации.	<b>4</b>	
<b>Тема 5. Кровь.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Кровь: состав, объем, функции, форменные элементы, физико-химические свойства плазмы.	<b>2</b>	<b>ОК-6 ПК-1.3</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Группы крови. Резус фактор. Свертывание и переливание крови. Болезни крови.	<b>2</b>	



	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> 1. Определение групп крови методом цоликлонов.	<b>4</b>	
<b>Тема 6. Кровообращение.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Сердце и его физиологические свойства: проводящая система сердца, движение крови по сосудам, показатели сердечно-сосудистой системы.	<b>2</b>	<b>ОК-5 ПК 2.1</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Регуляция системной гемодинамики и работы сердца	<b>2</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> 1. Измерение артериального давления в покое и после физических нагрузок	<b>4</b>	
<b>Тема 7. Дыхание.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Функциональные возможности дыхательной системы как показатель здоровья.	<b>2</b>	<b>ОК-9 ПК 1.5</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Внешнее дыхание: показатели внешнего дыхания, обмен газов в легких, регуляция дыхания, транспорт газов кровью. Механизмы вдоха и выдоха..	<b>2</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> 1. Определение показателей внешнего дыхания в покое и после физических нагрузок. Регуляция дыхания.	<b>4</b>	
<b>Тема 8. Пищеварение.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Общая характеристика пищеварительных процессов: пищеварение в различных отделах желудочно-кишечного тракта, всасывание продуктов переваривания пищи.	<b>2</b>	<b>ОК-2 ПК 2.2</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Влияние физических нагрузок на процессы пищеварения. Гигиена органов пищеварения. Регуляция пищеварения.	<b>2</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> 1. Действие слюны на крахмал.	<b>4</b>	

<b>Тема 9. Обмен веществ и энергии.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Общая характеристика обменных процессов: обмен белков, углеводов, липидов, воды и минеральных солей; регуляция обмена веществ и энергии. Влияние занятий физической культурой и спортом на обмен веществ и энергии.	<b>2</b>	<b>ОК-11 ПК 2.3</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Определение особенностей обмена веществ. Обмен белков, углеводов, липидов.	<b>2</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> Энерготраты человека и пищевой рацион.	<b>4</b>	
<b>Тема 10. Выделение.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Строение и функции почек. Регуляция мочеобразования, выведение.	<b>2</b>	<b>ОК-8 ПК 1.7</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Общая характеристика выделительных процессов: почки и их функции, процесс мочеобразования, гомеостатическая функция почек.	<b>2</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> 1. Предупреждение почечных заболеваний. Мочекаменная болезнь.	<b>4</b>	
<b>Всего:</b>		<b>80</b>	
<b>Раздел 2. Общая спортивная физиология.</b>			
<b>Тема 1. Тепловой обмен.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Общая характеристика процессов теплообмена: механизмы теплообразования, теплоотдачи, регуляция теплообмена	<b>6</b>	<b>ПК 1.4</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Исследование средней температуры кожи в покое и при мышечной работе.	<b>6</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> 1. Закаливание организма.	<b>4</b>	

<b>Тема 2. Органы внутренней секреции.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Понятие об эндокринологии. Регулирующие функции эндокринной системы: общая характеристика эндокринной системы, функции желез внутренней секреции, изменения эндокринных функций при различных состояниях.	<b>6</b>	<b>ОК-10 ПК 2.5</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия</b> 1. Влияние гормонов на рост и развитие организма	<b>6</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 1. Болезни, связанные с недостатком или избытком действия гормонов на организм человека и животных.	<b>4</b>	
<b>Тема 3 Адаптация к физическим нагрузкам.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Адаптация и ее стадии Динамика функций организма при адаптации и ее стадии.	<b>6</b>	<b>ПК 2.4 ПК-2.6</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия</b> 1. Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам: срочная и долговременная адаптация, функциональная система адаптации.	<b>6</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> Понятие о физиологических резервах организма.	<b>4</b>	
<b>Тема 4. Функциональные состояния организма спортсмена.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма: общая характеристика функциональных состояний. Физиологические закономерности развития, виды функциональных состояний.	<b>6</b>	<b>ПК 1.8</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках постоянной, переменной мощности.	<b>6</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> 1. Физиология эмоций. Роль эмоций при спортивной	<b>4</b>	

	деятельности, предстартовые состояния, разминка и вработывание, устойчивое состояние при циклических упражнениях, особые состояния организма при ациклических, статических и упражнениях переменной мощности.		
<b>Тема 5. Физиологические основы работоспособности, утомления и восстановления.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Физическая работоспособность и методические подходы к ее определению, связь с направленностью тренировочного процесса в спорте, резервы.	<b>6</b>	<b>ПК-3.4</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Физиологические механизмы утомления: факторы и состояние функций организма, особенности утомления при различных видах физических нагрузок, предутомление, хроническое утомление и переутомление.	<b>6</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> 1. Физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления: общая характеристика, механизмы, закономерности, мероприятия повышения эффективности восстановления.	<b>4</b>	
<b>Тема 6. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Физиологические и биохимические основы развития и тренировки физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости. Наследственность и ее влияние на физические качества.	<b>6</b>	<b>ПК-3.2</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 3. Физиолого-генетический подход к вопросам спортивного отбора и ориентации: наследственные влияния на морфофункциональные особенности и физические качества.	<b>6</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> Наследственность и ее влияние на	<b>4</b>	

	морфофункциональные особенности и физические качества. Использование генетических маркеров для поиска высоко - и быстротренируемых спортсменов.		
<b>Тема 7. Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Периодизация и гетерохронность развития.	<b>6</b>	<b>ПК-3.3</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> 1. Сенситивные периоды, влияние наследственности и окружающей среды, акселерация эпохальная и индивидуальная, биологический и паспортный возраст.	<b>6</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> Определение биологического возраста.	<b>4</b>	
<b>Тема 8. Физиологические особенности детей, подростков и молодежи.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Особенности физиологии детей, подростков и молодежи: развитие центральной нервной системы, высшей нервной деятельности, сенсорных систем.	<b>6</b>	<b>ПК-3.1 ПК-3.5</b>
	<b>В том числе, практических и лабораторных работ</b>		
	<b>Лабораторные занятия.</b> Особенности физиологии детей, подростков и молодежи: физическое развитие и опорно-двигательный аппарат, особенности крови, кровообращения, дыхания, пищеварения, выделения и эндокринной системы, терморегуляции, обмена веществ и энергии.	<b>6</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> Физиологические адаптации детей, подростков и молодежи к физическим нагрузкам.	<b>4</b>	
<b>Курсовой проект (работа)(нет)</b>			
<b>Промежуточная аттестация<sup>1</sup></b> 4 семестр - экзамен 5 семестр - экзамен			
<b>Всего:</b>		<b>208</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы учебной дисциплины «Физиология с основами биохимии» предусмотрены следующие специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий практического/лабораторного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Лабораторные работы проводятся в кабинете «Физиологии человека».

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения: ОС. Microsoft Windows 8.1 Professional 6.3.9600.18202 (Win8.1 RTM), пакет офисных программ Microsoft Office Professional Plus 2013, Microsoft Visio Professional Plus 2013.

#### 3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

##### 3.2.1. Книгообеспеченность<sup>1</sup>

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ	
		Количество экземпляров изданий в библиотеке ВлГУ в соответствии с ФГОС СПО	Наличие в электронной библиотеке ВлГУ
1	2	3	4
<b>Основная литература<sup>2</sup></b>			
1. Михайлов С.С. Биохимия двигательной деятельности [Электронный ресурс]: учебник для вузов и колледжей физической культуры / С.С. Михайлов. - 6-е изд., доп. - М.: Спорт, 2016. - 296 с. - ISBN 978-5-906839-41-1	2016		<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839411.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839411.html</a>
2. Ахметов И.И., Медико-биологические термины в спорте (словарь-справочник) [Электронный ресурс] / И.И. Ахметов, Ю.Д. Винничук, Н.Л. Высочина и др.; под ред. Л.М. Гуниной, А.В. Дмитриева - М.: Спорт, 2019. - 336 с. - ISBN 978-5-9500183-2-9	2019		<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018329.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018329.html</a>
3. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов [Электронный ресурс] / Платонов В.Н. - М.: Спорт, 2019. - 656 с. - ISBN 978-5-	2019		<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018336.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018336.html</a>

9500183-3-6			
Дополнительная литература			
1.Антина Е.В. Химия биологически активных веществ и жизненных процессов [Электронный ресурс]: учебное пособие / Антина Е.В. - Иваново: Иван. гос. хим.-технол. ун-т., 2015. - 303 с. - ISBN --	2015		<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ghtu_023.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ghtu_023.html</a>
2.Михайлов С.С., Спортивная биохимия [Электронный ресурс]: учебник для вузов и колледжей физической культуры / С.С. Михайлов - М.: Советский спорт, 2013. - 348 с. - ISBN 978-5-9718-0619-6 -	2013		<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971806196.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971806196.html</a>
3.Тутельян В.А. Вопросы питания, № 2, 2017 [Электронный ресурс] / - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2017. - ISBN 0042-8833-2017-02	2017		<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/0042-8833-2017-02.html">http://www.studentlibrary.ru/book/0042-8833-2017-02.html</a>

### 3.2.2. Периодические издания

1. Вестник восстановительной медицины
2. Вестник спортивной науки
3. Культура физическая и здоровье
4. Теория и практика физической культуры
5. Физическая культура в школе
6. Физическая культура. Воспитание, образование, тренировка

### 3.2.3. Интернет-ресурсы

1. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» <http://www.infosport.ru>
2. Справочно-информационные источники <http://www.schooi.edu.ru>
3. Теория и практика физической культуры (информационный портал) <http://www.teoriya.ru>
4. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru>
5. Библиотека Ихтика» (полнотекстовая) <http://ihtik.lib.ru>
6. Российский гуманитарный Интернет- университет <http://www.vusnet.ru/biblio>
7. Российский государственный университет физической культуры, спорта, туризма и молодежной политики – (РГУФК; ГЦОЛИФК) <http://www.sportedu.ru>
8. Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма <http://www.akademsport.smolensk.ru>
9. Журналы:
  - «Теория и практика физической культуры» (архив) <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk>
  - «Спорт для всех (архив)» <http://www.infosport.ru/press/sfa/arch.htm>
  - «Физическая культура; воспитание, образование, тренировка» (архив) <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины	Характеристики демонстрируемых знаний, которые могут быть проверены	Какими процедурами производится оценка
<p>Знать:</p> <p>Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма 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; физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; физиологические основы спортивного отбора и ориентации; биохимические основы развития физических качеств; возрастные особенности биохимического состояния организма; методы контроля.</p> <p>Уметь:</p> <p>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.</p>	<p>Грамотно формулирует значение понятий метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека.</p> <p>Четко и логично излагает суть регулирующих функций нервной и эндокринной систем, значение роли центральной нервной системы в регуляции движений, взаимосвязь физических нагрузок и функциональных возможностей организма.</p> <p>Правильно излагает закономерности двигательной активности, процессы восстановления, механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности, общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой, возрастные особенности состояния организма.</p> <p>Правильно и точно измеряет, оценивает показатели организма человека, функциональное состояние человека.</p> <p>Оценивает факторы внешней среды с точки зрения влияния на анатомические особенности, функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте.</p> <p>Умеет анализировать и рационально использовать знания физиологии для определения нагрузок при занятиях физической культурой, учитывая возрастные особенности анатомического состояния организма.</p>	<p>Оценка выполнения устных заданий, письменных терминологических диктантов, результатов тестирования, выполнения самостоятельной работы, устных ответах на уроках, зачетах, экзамене.</p>



## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

в рабочую программу учебной дисциплины

---

программы подготовки специалистов среднего звена

---

Номер изменения	Внесены изменения в части/разделы рабочей программы	Исполнитель ФИО	Основание (номер и дата протокола заседания кафедры)
1			
2			

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_