

**ОП.04 Физиология с основами биохимии**

[индекс и наименование учебной дисциплины в соответствии с рабочим учебным планом]

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ  
КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛИНЫ**

**АННОТАЦИЯ**

РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ЦИКЛА **ОП**

Наименование общеобразовательной дисциплины	ОП.04 Физиология с основами биохимии	
Нормативная основа составления рабочей программы	ФГОС СПО (приказ Минобрнауки РФ от 27 октября 2014 г. №1355)	
Профиль получаемого профессионального образования	49.02.01. Физическая культура	
Наименование профессии (профессий)	Учитель физической культуры	
Фамилия, имя, отчество разработчика РПУД	Киблер Наталья Александровна	
Электронный адрес аннотации на сайте колледжа		
<b>в том числе:</b>	Всего часов –	248
	Лекции –	86
	Лабораторные и практические занятия, включая семинары –	88
	Самостоятельная работа –	74
Вид аттестации –	Дифференцированный зачет	
Семестр аттестации –	VIII	

**Цель:** изучение основ физиологических и биохимических процессов, механизмов их регуляции в состоянии физиологического покоя и при выполнении физических нагрузок, особенно у детей разных возрастных групп;  
обучение студентов навыкам самостоятельного проведения физиологического эксперимента с анализом полученных данных, которыми должны владеть учителя физической культуры.

**Задачи:** изучение основных закономерностей функционирования органов и систем;  
интеграция знаний законов жизнедеятельности отдельных структур в понятие о функциональной целостности организма;  
ознакомление студентов с возрастными особенностями физиологических систем организма;

определение резервных возможностей организма детей и подростков в процессе адаптации к физическому труду, правильному физическому и интеллектуальному воспитанию;  
 выявление особенностей клеточной, тканевой, органной адаптации человека к физическим нагрузкам;  
 формирование знаний физиологических особенностей занятий отдельными видами спорта;  
 овладение методикой проведения физиологического эксперимента, исследования, интерпретации полученных данных, применения в практической деятельности учителя физической культуры.

**Структура:**

Паспорт рабочей программы учебной дисциплины  
 Структура и примерное содержание учебной дисциплины  
 Условия реализации учебной дисциплины  
 Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

**Требования к умениям:**

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.

**Требования к жизнедеятельности знаниям:**

физиологические характеристики основных процессов 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.

Изучение учебной дисциплины «Физиология с основами биохимии» позволяет сформировать следующие компетенции:

Код	Наименование общих компетенций
-----	--------------------------------

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 руководством, 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, смены технологий
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей
ОК 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм
ОК 12.	Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности

***Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам.***

- ПК 1.1 Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.
- ПК 1.2 Проводить учебные занятия по физической культуре.
- ПК 1.3 Руководить соревновательной деятельностью.
- ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.
- ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельности
- ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
- ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
- ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс

***Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры***

- 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 2.6. Оформлять документацию обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами.

***Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности***

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов и рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать с исследовательской и проектной деятельности.

### Содержание учебной дисциплины

<b>Раздел 1.</b>	Общая биохимия
<b>Тема 1.1</b>	Обмен веществ и энергии
<b>Тема 1.2</b>	Углеводы
<b>Тема 1.2</b>	Липиды
<b>Тема 1.3</b>	Белки. Ферменты
<b>Тема 1.4</b>	Витамины
<b>Тема 1.5</b>	Водно-солевой обмен
<b>Тема 1.6.</b>	Биохимия мышц и мышечного сокращения
<b>Раздел 2.</b>	Физиология возбудимых тканей
<b>Тема 2.1</b>	Общие закономерности физиологии. Физиология центральной нервной системы
<b>Тема 2.3</b>	Гормональная регуляция физиологических функций
<b>Тема 2.4</b>	Высшая нервная деятельность
<b>Тема 2.5</b>	Физиология сенсорных систем
<b>Раздел 3.</b>	Физиология систем жизнеобеспечения
<b>Тема 3.1</b>	Физиология системы крови
<b>Тема 3.2</b>	Физиология системы кровообращения
<b>Тема 3.3</b>	Физиология системы дыхания
<b>Тема 3.4</b>	Физиология системы пищеварения
<b>Тема 3.5</b>	Физиология терморегуляции
<b>Тема 3.6</b>	Физиология выделения
<b>Раздел 4.</b>	Физиология физического воспитания и спорта
<b>Тема 4.1</b>	Физиология двигательного аппарата
<b>Тема 4.2</b>	Механизмы и показатели адаптации органов и систем к физическим нагрузкам
<b>Тема 4.3</b>	Физиологические основы физического воспитания учащихся разных возрастных групп
<b>Тема 4.4</b>	Двигательная деятельность человека. Физиологическая классификация поз и разных видов мышечной деятельности
<b>Тема 4.5</b>	Физиологические основы физических качеств
<b>Тема 4.6</b>	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности
<b>Тема 4.7</b>	Функциональная асимметрия в спорте
<b>Тема 4.8</b>	Спортивная тренировка и развитие тренированности
<b>Тема 4.9</b>	Физиологическая характеристика некоторых видов спорта