


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

УТВЕРЖДЕНО
на заседании Педагогического совета
Медицинского колледжа им А.Л.Поленова ИМЭиФК
протокол № 12 от 20 июня 2023 г



Филиппова С.И.
подпись руководителя учебного подразделения СПО

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная дисциплина	Физиология с основами биохимии
Учебное подразделение	МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИМЕНИ А.Л.ПОЛЕНОВА
Курс	3

Специальность **49.02.02 Адаптивная физическая культура (3 года 10 месяцев)**


Направление (при наличии) - _____


Форма обучения Очная

Дата введения в учебный процесс УлГУ «1» сентября 2023 г.

Программа актуализирована на заседании ПЦК/УМС: протокол № _____ от _____ 20____ г
Сведения о разработчиках

ФИО	должность
Захарычева Наталья Константиновна	преподаватель

СОГЛАСОВАНО	
Председатель ПЦК общепрофессиональных дисциплин (указать наименование)	
	/ Апполонова О.С.
Подпись	ФИО
«20» июня 2023г.	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УД

1.1. Цели и задачи, требования к результатам освоения (знания, умения, компетенции)

Цель:

- формирование глубоких знаний о строении человеческого тела, составляющих его органов и систем органов, с учетом конституционных, возрастных, половых индивидуальных особенностей организма, необходимых при изучении фундаментальных дисциплин и будущей практической деятельности.


- формирование знаний об измерении и оценивании физиологических показателей организма человека;

Задачи:

- Изучение уровней структурной организации и этапов формирования организма,
- формирование конкретных знаний строения здорового человека и представления о нарушениях строения и функции органов и систем органов для правильной коррекции и устранения при адаптивной физической культуре.

В рамках рабочей программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код компетентности	Умения	Знания
ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4, ЛР1- ЛР17	- оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов; - использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой - оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте - измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;	- регулирующие функции нервной и эндокринной систем; - роль центральной нервной системы в регуляции движений - биохимические основы развития физических качеств; - биохимические основы питания; - общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой; - механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; - особенности физиологии детей, подростков и молодежи; - возрастные особенности биохимического состояния организма; - методы контроля; - физиологические основы

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


		<p>спортивного отбора и ориентации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; - понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека; - взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; - физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости;
--	--	--

1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ

Учебная дисциплина «Физиология с основами биохимии» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

Учебная дисциплина «Физиология с основами биохимии» обеспечивает формирование общих и профессиональных компетенций по всем видам деятельности ФГОС СПО по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4

1.3. Количество часов на освоение программы – 118 ч


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УД

2.1. Объем и виды учебной работы


Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	118
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78/78
в том числе:	
теоретическое обучение	60/60
лабораторные работы	-
практические занятия	18/18
индивидуальные занятия	-
контрольная работа	-
курсовая работа (проект)	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	40
<i>Текущий контроль знаний в форме – устный опрос, письменный опрос, тестирование,</i>	
<i>Промежуточная аттестация в форме (указать)</i>	Экзамен

В случае необходимости использования в учебном процессе частично/ исключительно дистанционных образовательных технологий в таблице через слеш указывается количество часов работы ППС с обучающимися, для проведения занятий в дистанционном формате с применением электронного обучения на платформе ЭИОС УлГУ


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

2.2. Тематический план и содержание


Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Коды общих и профессиональных компетенций, личностных, метапредметных, предметных результатов, формированию которых способствует элемент программы, в т.ч. в соответствии с программой воспитания	Форма текущего контроля
1	2	3	4	
Раздел 1.	Введение			
Тема 1.1. Общие закономерности физиологии	Содержание учебного материала 1. Физиология как наука. Значение физиологии для физической культуры и спорта. История развития физиологии. 2. Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека: раздражимость, возбудимость, проводимость; нервная и гуморальная регуляция, рефлекторный механизм деятельности 3. Понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека	4	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1,1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		
Раздел 2.	Физиология возбудимых тканей			
Тема 2.1. Нервная система	Содержание учебного материала 1. Регулирующие функции нервной системы: структура, функции нервной системы, функции, типы нейронов, возбуждающие и тормозящие синапсы. 2. Особенности деятельности нервных центров, координация деятельности ЦНС, функции спинного, головного мозга, коры больших полушарий, организация вегетативной нервной системы	6	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	4		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 2.2. Высшая нервная деятельность	Содержание учебного материала 1. Регулирующие функции нервной системы: условные рефлексы, внешнее и внутреннее торможение условных рефлексов, память 2. Динамический стереотип, типы высшей нервной деятельности, I и II сигнальные системы.	8	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	4		
	Практические занятия 1. Регулирующие функции нервной системы: условные рефлексы, внешнее и внутреннее торможение условных рефлексов, память 2. Динамический стереотип, типы высшей нервной деятельности, I и II сигнальные системы. Определение объема кратковременной и долговременной памяти. Определение типа высшей нервной деятельности.	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 2.3. Нервно-мышечный аппарат	Содержание учебного материала. 1: Функциональная организация скелетных мышц, механизм сокращения и расслабления мышечного волокна, одиночное и тетаническое сокращение, электромиограмма 2. Морфо-функциональные основы мышечной силы, режимы работы мышц, энергетика мышечного сокращения.	6	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	4		
	Самостоятельная работа 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 2.4. Произвольные движения	Содержание учебного материала 1. Роль различных отделов центральной нервной системы в регуляции движений: основные принципы организации движений, позно-тонических реакций, нисходящие моторные системы	8	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	4		
	Практическое занятие 1. Роль различных отделов центральной нервной системы в регуляции движений: основные принципы организации движений, позно-тонических реакций, нисходящие моторные системы	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 2.5. Сенсорные системы	Содержание учебного материала 1. Общий план организации и функции сенсорных систем, классификация и механизмы возбуждения рецепторов, свойства рецепторов, кодирование информации 2. Сенсорные системы: зрительная, слуховая, вестибулярная, двигательная, сенсорные системы кожи, внутренних органов, вкуса и обоняния; переработка, взаимодействие и значение сенсорной информации	6	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	4		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		
Раздел 3. Физиология висцеральных систем				

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 3.1. Кровь	Содержание учебного материала 1.Кровь: состав, объем, функции, форменные элементы, физико-химические свойства плазмы, свертывание и переливание регуляция	6	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	2		
	Практическое занятие «Состав, объем и функции крови. Форменные элементы»	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 3.2. Кровообращение	Содержание учебного материала 1. Сердце и его физиологические свойства: проводящая система сердца, движение крови по сосудам, показатели сердечнососудистой системы, регуляция системной гемодинамики и работы сердца.	4	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 3.3. Дыхание	Содержание учебного материала 1. Внешнее дыхание: показатели внешнего дыхания, обмен газов в легких, регуляция дыхания, транспорт газов кровью	4	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 3.4. Пищеварение	Содержание учебного материала 1. Общая характеристика пищеварительных процессов: пищеварение в различных отделах желудочно-кишечного тракта, всасывание продуктов переваривания пищи, влияние физических нагрузок на процессы пищеварения.	8	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	4		
	Практическое занятие «Пищеварение в различных отделах желудочно-кишечного тракта»	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 3.5. Обмен веществ и энергии	Содержание учебного материала 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	4	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1,1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 3.6. Выделение	Содержание учебного материала 1. Общая характеристика выделительных процессов: почки и их функции, процесс мочеобразования, гомеостатическая функция почек. регуляция выделительных процессов	4	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 3.7. Тепловой обмен	Содержание учебного материала 1. Общая характеристика процессов теплообмена: механизмы теплообразования, теплоотдачи, регуляция теплообмена	4	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 3.8. Функции желез внутренней секреции. Учение о стрессе	Содержание учебного материала 1. Регулирующие функции эндокринной системы: общая характеристика эндокринной системы, функции желез внутренней секреции, изменения эндокринных функций при различных состояниях	8	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	4		
	Практическое занятие «Эндокринная система»	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		
Раздел 4. Общая спортивная физиология				

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 4.1. Адаптация к физическим нагрузкам	Содержание учебного материала 1. Динамика функций организма при адаптации и ее стадии. 2. Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам: срочная и долговременная адаптация, функциональная система адаптации, понятие о физиологических резервах организма	6	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	4		
	Практическое занятие «Адаптация к физическим нагрузкам»	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 4.2. Физиологические основы работоспособности, утомления и восстановления	Содержание учебного материала 1. Физическая работоспособность и методические подходы к ее определению, связь с направленностью тренировочного процесса в спорте, резервы. 2. Физиологические механизмы утомления: факторы и состояние функций организма, особенности утомления при различных видах физических нагрузок, предутомление, хроническое утомление и переутомление. 3. Физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления: общая характеристика, механизмы, закономерности, мероприятия повышения эффективности восстановления.	6	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	2		
	Практическое занятие Определение общей физической работоспособности по показателям анаэробных и аэробных возможностей организма.	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 4.3. Функциональ ные состояния	Содержание учебного материала 1. Взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма: общая характеристика функциональных состояний, Физиологические закономерности развития, виды функциональных состояний 2. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках постоянной, переменной мощности. 3. Роль эмоций при спортивной деятельности, предстартовые состояния, разминка и вработывание, устойчивое состояние при циклических упражнениях, особые состояния организма при ациклических, статических и упражнениях переменной мощности.	6	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	4		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		
Раздел 5. Частная спортивная физиология				

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 5.1. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств	Содержание учебного материала 1. Физиологические и биохимические основы развития и тренировки физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости	6	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	2		
	Практическое занятие Определение физиологической характеристики физических качеств.	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

Тема 5.2. Особенности спортивного отбора и ориентации	Содержание учебного материала 1. Физиолого-генетический подход к вопросам спортивного отбора и ориентации: наследственные влияния на морфо-функциональные особенности и физические качества 2. Использование генетических маркеров для поиска высоко- и быстротренируемых спортсменов	4	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		
Раздел 6. Возрастная физиология				

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

Тема 6.1. Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека	Содержание учебного материала 1. Периодизация и гетерохронность развития: сенситивные периоды, влияние наследственности и окружающей среды, акселерация эпохальная и индивидуальная, биологический и паспортный возраст	6	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	2		
	Практическое занятие Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		


Тема 6.2. Физиологические особенности детей, подростков и молодежи	Содержание учебного материала 1. Особенности физиологии детей, подростков и молодежи: развитие центральной нервной системы, высшей нервной деятельности, сенсорных систем, физическое развитие и опорно-двигательный аппарат, особенности крови, кровообращения, дыхания, пищеварения, выделения и эндокринной системы, терморегуляции, обмена веществ и энергии 2. Физиологические адаптации детей, подростков и молодежи к физическим нагрузкам	4	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ОК 10, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4 ЛР1- ЛР17	Устный и письменный опрос
	Теоретическое занятие	2		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия. 3. Ответы на вопросы для самоконтроля. 4. Занесение в словарь терминов по всем темам, указанным в программе (под контролем преподавателя).	2		



	<p>Примерный перечень вопросов к экзамену:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Физиология как наука. Основные разделы современной физиологии.2. Строение и функции клеточной мембраны.3. Характеристика миелиновых и безмиелиновых нервных волокон.4. Рефлекторный принцип регуляции. Определение рефлекс, рефлекторная дуга.5. Центральная нервная система. Нейрон строение, функции.6. Синапсы. Определение. Виды синапсов. Медиаторы.7. Торможение. Определение. Типы механизмов торможения.8. Рефлекторная функция спинного мозга.9. Продолговатый мозг. Центры продолговатого мозга.10. Вегетативная нервная система. Значение. Отделы вегетативной нервной системы.11. Кора больших полушарий. Строение. Функции.12. Определение рефлекс. Безусловные и условные рефлексы.13. Типы высшей нервной деятельности.14. Память определение. Виды памяти.15. Механизмы памяти.16. Виды мышечных сокращений. Фазы.17. Движение. Определение. Произвольные и непроизвольные движения.18. Проявления расстройств произвольных движений.19. Зрительная сенсорная система.20. Вкусовой анализатор.21. Состав и функции крови.22. Форменные элементы крови. Функции.	18		
--	---	----	--	--



23. Свертывание крови. Первичный и вторичный гемостаз.
24. Переливание крови. Показания. Противопоказания.
25. Сердце. Строение.
26. Гемодинамика. Основные законы гемодинамики.
27. Легкие. Строение.
28. Механизм вдоха и выдоха.
29. Пищеварение. Функции пищеварительной системы.
30. Пищеварение в полости рта. Состав и функции слюны.
31. Пищеварение в желудке. Функции соляной кислоты
32. Поджелудочная железа. Печень. Строение. Значение в пищеварении.
33. Пищеварение в тонком кишечнике. Кишечный сок.
34. Пищеварение в толстом кишечнике.
35. Обмен белков, углеводов, липидов.
36. Почки. Строение. Функции. Состав мочи.
37. Температура тела. Механизмы теплопродукции.
38. Механизмы теплоотдачи.
39. Эндокринные железы. Гипофиз. Функции. Гипо- и Гиперфункция.
40. Поджелудочная железа. Строение. Функции. Недостаточность поджелудочной железы.
41. Щитовидная железа. Строение и функции.
42. Адаптация к физическим нагрузкам
43. Функциональные состояния
44. Физиологические основы работоспособности, утомления и восстановления
45. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств
46. Особенности спортивного отбора и ориентации
47. Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека
48. Физиологические особенности детей, подростков и молодежи

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма			
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины				
	ВСЕГО:	118		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УД

3.1 Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация УД требует наличия учебного кабинета «Физиология с основами биохимии»

Помещение учебного кабинета удовлетворяет требования Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02) и оснащено типовым оборудованием, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

Оборудование кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место учителя;
- доска для записей;
- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, плакатов и др.);
- видеоматериал по разделам уроков;

Технические средства обучения:

- мультимедийный проектор;
- ноутбук

Оборудование кабинета:

- Доска классная
- Стол для преподавателя
- Столы для студентов
- Стулья для студентов
- Книжный шкаф

Оборудование:

1. Фонендоскоп 1
2. Тонометр
3. Микроскоп с набором объективов
4. Спирометр
5. Динамометр
6. Скелет туловища с тазом
7. Набор костей черепа: лобная, затылочная, клиновидная, теменная, височная, решетчатая, скуловая, верхняя челюсть, нижняя челюсть, основание черепа, череп целый, череп с разрозненными костями
8. Набор костей туловища: ребра, грудина, набор позвонков, крестец
9. Набор костей верхней конечности: ключица, лопатка, плечевая, локтевая, лучевая, кисть, кисть комплект из 27 костей
10. Набор костей нижней конечности: бедренная, большеберцовая, малоберцовая, стопа
11. Оси вращения суставов: плечевого, грудино-ключичного, локтевого, коленного
12. Кости на планшете: скелет верхней конечности, скелет стопы, скелет кисти, позвоночный столб, скелет нижней конечности
13. Мышцы (муляж – планшеты): мышцы головы и шеи, мышцы туловища, мышцы стопы, мышцы кисти, мышцы верхней и нижней конечности
14. Нервная система: головной мозг (модель), головной мозг (планшет), головной мозг (сагитт.разрез), спинной мозг (планшет), солнечное сплетение (муляж)

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины	

15. Железы (на планшете): поджелудочная, щитовидная, околощитовидная, яички, яичники, предстательная, вилочковая, шишковидная, надпочечники, придаток мозга - гипофиз
16. Кровообращение: сердце (модель), фронтальный разрез сердца (на планшете), схема кровообращения человека (на план.)
17. Система дыхания: легкие (модель), бронхиальное дерево (сегментарные бронхи), органы дыхания и средостения (муляж), органы средостения (муляж), гортань (модель)
18. Органы пищеварения (на планшете): пищеварительная система, кишечник, ворсинки тонкой кишки, печень (муляж), пищеварительная система (модель)
19. Мочевыделительная система: почки (на планшете), мочевыделительная система (на планшете)
20. Органы грудной и брюшной полости: мужской таз (сагиттальный разрез), женский таз (сагиттальный разрез), торс человека (модель), сагиттальный разрез головы и шеи, топография кисти рук, топография головы и шеи.
21. Лимфатическая система (на планшете): сенсорные системы - кожа (на планшете), глаз (увеличенная модель), ухо (модель), полукружные каналы с улиткой и т.д.
22. Таблицы (плакаты) по темам

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Перечень рекомендуемых учебных изданий:

- **Основные источники:**

1. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 141 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10199-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/442445>
2. Михайлов, С. С. Биохимия двигательной деятельности : учебник для вузов и колледжей физической культуры / С. С. Михайлов. - 7-е изд., стереотипное. - Москва : Человек, 2018. - 296 с. - ISBN 978-5-906132-23-9. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906132239.html>

- **Дополнительные источники:**

3. Самойлов, А. Ф. О физиологии. Избранные статьи и речи / А. Ф. Самойлов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 200 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-06442-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455303>
4. Кулиненков, О. С. Биохимия в практике спорта / Кулиненков О. С., Лапшин И. А. - Москва : Спорт, 2019. - 184 с. - ISBN 978-5-9500184-2-8. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018428.html>

- **Периодические издания:**

5. Universum: Химия и Биология / учредитель ООО Международный центр науки и образования. - Москва, 2023. - Издается с 2013 г. - Выходит 12 раз в год. - URL : <https://elibrary.ru/contents.asp?id=36852571>. - Открытый доступ ELIBRARY. - ISSN 2311-5459. - Текст : электронный.
- 6. Культура физическая и здоровье / учредитель Воронежский государственный педагогический университет. - Воронеж, 2023. - Выходит 4 раза в год. - Издается с 2004 г. - URL :

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины	

<https://elibrary.ru/contents.asp?id=37244117>. - Открытый доступ ELIBRARY. - ISSN 1999-3455.
- Текст : электронный.

• **Учебно-методическая литература:**

7. Захарычева Н. К. Методические рекомендации по дисциплине «Физиология с основами биохимии» для студентов по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура / Н. К. Захарычева; УлГУ, Мед. колледж им. А. Л. Поленова. - 2023. - Неопубликованный ресурс. - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/14364>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный.

Согласовано:

ДИРЕКТОР НБ / БУРХАНОВА М.М. / [подпись] / 2023
Должность сотрудника научной библиотеки / ФИО / Подпись / дата

-Информационные справочные системы современных информационно-коммуникационных технологий:

Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2023]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство «ЮРАЙТ». – Москва, [2023]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Политехресурс». – Москва, [2023]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО «Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг». – Москва, [2023]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Букап». – Томск, [2023]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС «Лань». – Санкт-Петербург, [2023]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС **Znanium.com** : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Знаниум». - Москва, [2023]. - URL: <http://znanium.com>. – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины	

2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. / ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2023].

3. Базы данных периодических изданий:

3.1. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». – Москва, [2023]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

3.2. Электронная библиотека «Издательского дома «Гребенников» (Grebinnikon) : электронная библиотека / ООО ИД «Гребенников». – Москва, [2023]. – URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2023]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. Российское образование : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

6. Электронная библиотечная система УлГУ : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный

- Программное обеспечение:
 1. ОС Microsoft Windows
 2. Microsoft OfficeStd 2016 RUS
 3. «МойОфис Стандартный»

Согласовано:

Инженер ведущий / Щуренко Ю.В. /  / _____
Должность сотрудника УИГТ ФИО подпись дата

3.3 Специальные условия для обучающихся с ОВЗ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации.

для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации.

для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

В случае необходимости использования в учебном процессе частично/ исключительно

дистанционных образовательных технологий, организация работы ППС с обучающимися с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей

1.САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы	Объем в часах	Форма контроля
Раздел 1. Введение			
Тема 1.1. Общие закономерности физиологии	1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия.	2	Устный опрос Письменный опрос
Раздел 2. Физиология возбудимых тканей			
Тема 2.1. Нервная система	1. Работа с учебными текстами. 2. Подготовка сообщения по теме занятия	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 2.2. Высшая нервная деятельность	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля.	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 2.3. Нервно-мышечный аппарат	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 2.4. Произвольные движения	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 2.5. Сенсорные системы	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы	2	Устный опрос Письменный опрос

	для самоконтроля		
Раздел 3. Физиология висцеральных систем			
Тема 3.1. Кровь	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 3.2. Кровообращение	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 3.3. Дыхание	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 3.4. Пищеварение	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 3.5. Обмен веществ и энергии	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 3.6. Выделение	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос

Тема 3.7. Тепловой обмен	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 3.8. Функции желез внутренней секреции. Учение о стрессе	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Раздел 4. Общая спортивная физиология			
Тема 4.1. Адаптация к физическим нагрузкам	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 4.2. Физиологические основы работоспособности, утомления и восстановления	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 4.3. Функциональные состояния	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Раздел 5. Частная спортивная физиология			
Тема 5.1. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 5.2. Особенности спортивного отбора и	Подготовка сообщений.	2	Устный опрос

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины	

ориентации	Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля		Письменный опрос
Раздел 6. Возрастная физиология			
Тема 6.1. Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос
Тема 6.2. Физиологические особенности детей, подростков и молодежи	Подготовка сообщений. Занесение в тетрадь терминов. Ответы на вопросы для самоконтроля	2	Устный опрос Письменный опрос

2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УД

Контроль и оценка результатов освоения УД осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, исследований.

Результаты (усвоенные знания, освоенные умения и компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы, методы контроля и оценки результатов обучения
Знать - регулирующие функции нервной и эндокринной систем; - роль центральной нервной системы в регуляции движений - биохимические основы развития физических качеств; - биохимические основы питания; - общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой; - механизмы энергетического обеспечения различных видов	- описание процессов жизнедеятельности систем организма человека; - описание механизмов осуществления метаболических процессов и гомеостаза; - представление механизма развития физиологической адаптации человека; - описание регулирующих функций нервной и эндокринной систем; воспроизведение механизма регулирующих функций нервной и эндокринной систем;	Текущий контроль знаний в форме - устный опрос - письменный опрос, - тестирование

<p>мышечной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности физиологии детей, подростков и молодежи; - возрастные особенности биохимического состояния организма; - методы контроля; - физиологические основы спортивного отбора и ориентации; - физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека; - понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека; - взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма; - физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости; 	<p>перечисление отделов центральной нервной системы обеспечивающих регуляцию движений;</p> <p>описание особенностей протекания процессов жизнедеятельности систем организма у детей, подростков и молодежи;</p> <ul style="list-style-type: none"> -перечисление механизмов обеспечивающих развитие функциональных возможностей организма; -перечисление методов определения двигательной активности; <p>описание механизмов восстановления;</p> <ul style="list-style-type: none"> -перечисление и анализ механизмов энергетического обеспечения разных видов мышечной деятельности; - перечисление форм и механизмов развития силы, быстроты и выносливости; - описание подходов для определения спортивного отбора и ориентации; - описание и перечисление процессов обеспечивающих развитие физических качеств; - описание влияния на организм основных групп нутриентов; - установление взаимосвязи групп нутриентов в метаболических процессах организма спортсмена; - перечисление особенностей метаболических процессов у людей разного возраста; - описание и перечисление методов контроля физиологических процессов человека; 	
<p>Уметь</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов; - использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой 	<p>Умение</p> <ul style="list-style-type: none"> -применение и использование методик для определения показателей систем организма человека: кровь, сердечнососудистая, пищеварительная, дыхательная, выделительная, эндокринная; - применение методики индексов, дыхательных проб и нагрузочных 	<p>Текущий контроль знаний в форме</p> <ul style="list-style-type: none"> - устный опрос - письменный опрос, - тестирование

<p>- оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте - измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;</p>	<p>функциональных проб для определения и оценивания функционального состояния; - применение методик оценивания влияния факторов внешней среды на развитие организма в детском, подростковом и юношеском возрастах; - применение методов дозирования физических нагрузок и определение условий развития основных физических качеств.</p>	
<p>Общие компетенции (ОК)</p>		
<p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам</p>	<p>распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы;</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебной дисциплины</p>
<p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности</p>	<p>определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебной дисциплины</p>
<p>ОК 03 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p>	<p>определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебной дисциплины</p>
<p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством,</p>	<p>организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью</p>

клиентами.	деятельности	обучающегося в процессе освоения учебной дисциплины
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.	грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебной дисциплины
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;	описывать значимость своей профессии (специальности); применять стандарты антикоррупционного поведения	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебной дисциплины
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.	соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебной дисциплины
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебной дисциплины
ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности	применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения

		учебной дисциплины
ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранных языках.	понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебной дисциплины
ПК 1.1 Планировать тренировочные занятия с занимающимися в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).	Умение планировать тренировочные занятия с занимающимися в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование
ПК 1.2 Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).	Умение проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование
ПК 1.3 Осуществлять контроль и учёт, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).	Умение осуществлять контроль и учёт, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование
ПК 1.4 Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).	Умение анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование
ПК 1.5 Формировать у занимающихся навыки соревновательной деятельности по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).	Умение формировать у занимающихся навыки соревновательной деятельности по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование
ПК 1.6 Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную дея-	Умение вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную дея-	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование

вательную деятельность.	тельность	
ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать адаптивное физическое воспитание обучающихся.	Умение определять цели и задачи, планировать адаптивное физическое воспитание обучающихся.	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование
ПК 2.2 Проводить учебные занятия по адаптивной физической культуре.	Умение проводить учебные занятия по адаптивной физической культуре.	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование
ПК 2.3 Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебном занятии.	Умение осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебном занятии.	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование
ПК 2.4 Анализировать учебные занятия по адаптивной физической культуре	Умение анализировать учебные занятия по адаптивной физической культуре	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование
ПК 2.5 Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.(образовательных организациях, реализующих адаптированные образовательные программы)	Умение вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.(образовательных организациях, реализующих адаптированные образовательные программы)	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование
ПК 2.6. Организовывать адаптивное физическое воспитание обучающихся, отнесённых к медицинским группам	Умение организовывать адаптивное физическое воспитание обучающихся, отнесённых к медицинским группам	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование
ПК 3.2. Организовывать и проводить мероприятия и занятия по адаптивной физической культуре (групповые и индивидуальные занятия по адаптивной физической культуре; занятия и мероприятия по воспитательной, рекреационно-	Умение организовывать и проводить мероприятия и занятия по адаптивной физической культуре (групповые и индивидуальные занятия по адаптивной физической культуре; занятия и мероприятия по воспитательной, рекреационно-	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины	

тательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе)	досуговой, оздоровительной работе)	
ПК 3.3. Осуществлять контроль в процессе проведения мероприятий и занятий по адаптивной физической культуре	Умение осуществлять контроль в процессе проведения мероприятий и занятий по адаптивной физической культуре	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование
ПК 3.4 Формировать группы для занятий адаптивной физической культурой..	Умение формировать группы для занятий адаптивной физической культурой..	- устный опрос; - письменный опрос; - тестирование

Разработчик  преподаватель **Захарычева Н.К.**
подпись _____ должность **ФИО**