

**АННОТАЦИЯ НА РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП 02 «ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ»**

1. Паспорт примерной программы учебной дисциплины «физиология с основами биохимии»

1.1. Область применения примерной программы:

программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.01.02 «Физическая культура».

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Профессиональный цикл

Общепрофессиональные дисциплины

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

в результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен
уметь:

- измерять и оценивать физиологические показатели организма;
- 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;

в результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

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.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося **218** часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **130** часов;

самостоятельной работы обучающегося **88** часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	218
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	130
в том числе:	
лабораторные работы	34
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	88
в том числе: консультации	20
<i>Итоговая аттестация в форме экзамена в 6 и 7 семестрах</i>	

3. Содержание учебной дисциплины ФИЗИОЛОГИЯ и основы биохимии

Введение

Раздел 1. Общая физиология

Тема 1.1. Эндокринная система

Тема 1.2. Нервная система

Тема 1.3. Функции и свойства сенсорных систем

Тема 1.4. Высшая нервная деятельность

Тема 1.5. Кровь

Тема 1.6. Система кровообращения

Тема 1.7. Система дыхания

Тема 1.8. Пищеварительная система

Тема 1.9. Обмен веществ и энергии

Раздел 2. Физиология физической культуры и спорта

Тема 2.1. Физиология нервно-мышечного аппарата

Тема 2.2. Физиологическая характеристика мышечной деятельности

Тема 2.3. Физиологические состояния, возникающие в организме в процессе выполнения физических упражнений.

Тема 2.4. Анатомо-физиологические основы развития физических качеств.

Тема 2.5. Формирование двигательных навыков.

Тема 2.6. Спортивная тренировка

Раздел 3. Физиологические основы оздоровительной тренировки

Тема 3.1. Роль физической культуры в условиях современной жизни.

Тема 4.1. Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека.