

**Министерство образования, науки и молодежной политики Республики Коми**  
**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**«СЫКТЫВКАРСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ имени И.А. КУРАТОВА»**

**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 дисциплины                          | Физиология с основами биохимии                                                                                 |
| Нормативная основа составления рабочей программы | ФГОС СПО специальности 49.02.01<br>Физическая культура (приказ Минобрнауки<br>РФ от 27 октября 2014 г. № 1355) |
| Наименование специальности                       | 49.02.01 Физическая культура                                                                                   |
| Квалификация выпускника                          | Учитель физической культуры                                                                                    |
| Фамилия, имя, отчество разработчика РПУД         | Вахнина Надежда Николаевна                                                                                     |
| <b>в том числе:</b>                              | Всего часов – 253                                                                                              |
|                                                  | Лекции – 86                                                                                                    |
|                                                  | Лабораторные и практические занятия, включая семинары – 83                                                     |
|                                                  | Самостоятельная работа – 84                                                                                    |
| Вид аттестации –                                 | дифференцированный зачет                                                                                       |
| Семестр аттестации –                             | VIII семестр                                                                                                   |

- 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

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Структура:</b>            | отдельными видами спорта;<br>➤ овладение методикой проведения физиологического эксперимента, исследования, интерпретации полученных данных, применения в практической деятельности учителя физической культуры.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                              | Паспорт рабочей программы учебной дисциплины<br>Структура и примерное содержание учебной дисциплины<br>Условия реализации учебной дисциплины<br>Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Требования к умениям:</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;</li> <li>➤ оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов;</li> <li>➤ оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте;</li> <li>➤ использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой;</li> <li>➤ применять знания по физиологии и биохимии при изучении профессиональных модулей.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Требования к знаниям:</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;</li> <li>➤ понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека;</li> <li>➤ регулирующие функции нервной и эндокринной систем;</li> <li>➤ роль центральной нервной системы в регуляции движений;</li> <li>➤ особенности физиологии детей, подростков и молодежи;</li> <li>➤ взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;</li> <li>➤ физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</li> <li>➤ механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности;</li> <li>➤ биохимические основы развития физических качеств;</li> <li>➤ биохимические основы питания;</li> <li>➤ общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой;</li> <li>➤ возрастные особенности биохимического состояния организма.</li> </ul> |

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                                                                    |

| <b>Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам.</b>                                                 |                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК 1.1                                                                                                                              | Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.                                                                                                                                                            |
| ПК 1.2                                                                                                                              | Проводить учебные занятия по физической культуре.                                                                                                                                                                 |
| ПК 1.3                                                                                                                              | Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.                                                                                                                                      |
| ПК1.4.                                                                                                                              | Анализировать учебные занятия                                                                                                                                                                                     |
| <b>Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры</b> |                                                                                                                                                                                                                   |
| ПК 2.1                                                                                                                              | Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.                                                                                                                                           |
| ПК2.2.                                                                                                                              | Проводить внеурочные мероприятия и занятия                                                                                                                                                                        |
| ПК 2.4                                                                                                                              | Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся                                                                                                                     |
| ПК2.5.                                                                                                                              | Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.                                                                                                                                                                   |
| <b>Методическое обеспечение процесса физического воспитания</b>                                                                     |                                                                                                                                                                                                                   |
| ПК 3.2                                                                                                                              | Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов. |
| ПК 3.3                                                                                                                              | Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.                                                                                                                                       |
| ПК3.4.                                                                                                                              | Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.                                                                                                                        |

### Содержание учебной дисциплины

|         |                                            |
|---------|--------------------------------------------|
| Тема 1. | Физиология возбудимых тканей               |
| Тема 2. | Физиология систем жизнеобеспечения         |
| Тема 3. | Общая биохимия                             |
| Тема 4. | Физиология физического воспитания и спорта |