

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: ЧУМАЧЕНКО ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА
Должность: РЕКТОР
Дата подписания: 08.07.2022 09:46:14
Уникальный программный ключ:
9c9f7aaffa4840d284abe156657b8f85432bdb16



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**
**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования**
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ**

основная профессиональная образовательная программа
среднего профессионального образования
профиль профессионального образования: гуманитарный
Наименование специальности:
49.02.01 Физическая культура

Разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура и программы учебной дисциплины Физиология с основами биохимии.

Разработчики:

Организация-разработчик: Колледж ФГБОУ ВО ЮУрГГПУ

Разработчик:

Мостовщиков Дмитрий Юрьевич, колледж ЮУрГГПУ, преподаватель

Лист согласования

Разработчик:

преподаватель
(занимаемая должность)

[подпись]
(подпись)

Место-Вушкин В.Р.
(инициалы, фамилия)

Программа утверждена на заседании
учебно-методического совета

« 03 » сентября 2020

Протокол № 1

Одобрено представителем работодателя
Директором МБУ «СШОР №3»
Копейского городского округа

директор
(занимаемая должность)



Розов Б.А.
(инициалы, фамилия)

Руководитель ОПОП

(занимаемая должность)

[подпись]
(подпись)

Семина М.Ю.
(инициалы, фамилия)

Директор колледжа



Буслаева М.Ю.
(инициалы, фамилия)

Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств.....	5
2. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины.....	9
3. Тематика вопросов и заданий для входного контроля знаний по дисциплине.....	11

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины «Физиология с основами биохимии» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

1.3. 1.3. Цель дисциплины: формирование современных представлений о закономерностях функционирования организма человека во взаимосвязи с внешней и внутренней средой.

Основными *задачами* дисциплины «Физиология с основами биохимии» являются:

- изучение закономерностей функционирования организма на молекулярном, клеточном, тканевом, организменном и популяционном уровне;
- изучение механизмов адаптации организма к естественным и экстремальным факторам среды;
- изучение физиологического обоснования рациональных режимов двигательной активности, труда и отдыха, питания;
- изучение возрастных особенностей регуляции физиологических функций организма на разных этапах онтогенеза.

В результате освоения дисциплины «Физиология с основами биохимии» обучающиеся *должны 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;

уметь:

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;
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.

Результатом освоения программы учебной дисциплины является овладение профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

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 коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий

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 и смены технологий.

ОК. 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ПК.1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК.1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК.1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4 Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях

ПК 1.5 Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью

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 и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4 Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6 Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию, проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом

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, самоанализа и анализа деятельности других педагогов

ПК 3.4 Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов,

выступлений

ПК 3.5 Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ»

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины «Физиология с основами биохимии» осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, выполнения контрольных работ, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Итоговым контролем освоения обучающимися дисциплины «Физиология с основами биохимии» является экзамен

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь: - 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;	Формы контроля обучения: - устный опрос, - письменное тестирование; - контрольные работы; - домашнее задание творческого характера; - практические задания; - активность на занятиях (экспертное суждение; дополнения к ответам сокурсников и т.п.)
В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать: физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;	Методы оценки результатов обучения: - мониторинг роста творческой самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся;

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;	- накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая отметка. - традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка
---	--

3. ТЕМАТИКА ВОПРОСОВ И ЗАДАНИЙ ДЛЯ ВХОДНОГО КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1. Методы исследования физиологии.
2. Физиология на современном этапе развития.
3. Организм как сложная живая система.
4. Целостность как принцип работы организма.
5. Нервный и гуморальный принцип регуляции физиологических функций.
6. Уровни организации живой материи.
7. Характеристика живого, как биологической системы.

8. Современные представления о структуре и функциях биологических мембран.
9. Общая характеристика физиологии, как науки о механизмах жизнедеятельности организма адаптации.
10. Морфологические и функциональные основы адаптации.
11. Состав и свойства плазмы.
12. Особенности строения и функции форменных элементов крови.
13. Гемостаз.
14. Антикоагулянты.
15. Регуляция свёртывания крови.
16. Группы крови. Резус-фактор.
17. Переливание крови и донорство.
18. Иммунные свойства крови.
19. Понятие иммунитета и его виды.
20. Клеточный и гуморальный иммунитет.
21. Гемопоз.
22. Нервно-гуморальная регуляция системы крови.
23. Сердце – центральный орган системы кровообращения.
24. Свойства сердечной мышцы (возбудимость, автоматия, сократимость).
25. Биологическая роль дыхательной функции.
26. Внешнее и внутреннее дыхание. Показатели внешнего дыхания.
27. Перенос газов кровью.
28. Значение физических и химических факторов в переносе газов.
29. Дыхательный центр. Регуляция функции дыхания.
30. Особенности дыхания при различных функциональных состояниях организма Регуляция обмена веществ и энергии.
31. Рефлекторный характер регуляции процессов обмена белков, жиров и углеводов.
32. Гуморальные влияния на обмен веществ, роль гормонов в регуляции обменных процессов.
33. Особенности энергетического обмена в организме человека в зависимости от функционального состояния.
34. Превращения энергии в организме.
35. Современные представления об эндокринных железах и гормонах.
36. Закономерности организации гормональной регуляции вегетативных функций организма.
37. Система гипоталамус – гипофиз – кора надпочечников.
38. Периферические эндокринные железы.
39. Раздражители и раздражимость.
40. Возбудимость и возбуждение.
41. Биоэлектрические явления в возбудимых тканях.
42. Мембранный потенциал.
43. Законы раздражения.

44. Реобазы и хронаксия.
45. Изменения возбудимости ткани при возбуждении.
46. Парабиоз.
47. Рефлекторная деятельность центральной нервной системы.
48. Виды рефлексов.
49. Нервные центры их свойства.
50. Торможение в центральной нервной системе
51. Координирующая роль ЦНС, пластичность нервной системы.
52. Спинной мозг. Головной мозг - функции ствола и коры больших полушарий.
53. Вегетативная нервная система. И.М.Сеченов и И.П.Павлов - создатели учения о высшей нервной деятельности.
54. Понятие о врожденных формах поведения.
55. Условный рефлекс. Память.
56. Торможение условных рефлексов.
57. Аналитическая и синтетическая деятельность коры б/полушарий головного мозга.
58. Сон. Сигнальные системы действительности.
59. Динамический стереотип. Типы высшей нервной деятельности.
60. Особенности ВНД у детей и подростков.
61. Понятие об анализаторах. Рецепторы их классификация и свойства.
62. Зрительный анализатор.
63. Слуховой анализатор.
64. Двигательный анализатор.
65. Вестибулярный анализатор.
66. Кожный анализатор.
67. Обонятельный и вкусовой анализаторы.
68. Понятие об интерорецепторах. Роль движений.
69. Строение двигательного аппарата.
70. Строение, функции и свойства скелетной мышцы.
71. Нервное волокно. Иннервация скелетных мышц.
72. Нервно-мышечная передача. Механизм и режимы мышечного сокращения. Сила мышц.
73. Механическая работа мышц. томление мышц и их причины.
74. Мышечный тонус. Рефлексы положения тела.

Критерии оценивания

5 «отлично»	-демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.
----------------	--

4 «хорошо»	-демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; -возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.
3 «удовлетворительно»	-неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя; - затруднения в формулировке выводов.
2 «неудовлетворительно»	-отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий.