

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

_____ И.И. Готовцев

_____ 2020 г.

Физиология человека
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	естественных дисциплин
Учебный план	1. 49.03.01 ФК ФО 3++(бакалавры)_готовый.plx Направление 49.03.01 Физическая культура
Квалификация	бакалавр
Форма обучения	очная
Общая трудоемкость	5 ЗЕТ

Часов по учебному плану	180	Виды контроля в семестрах:
в том числе:		экзамены 4
аудиторные занятия	64	зачеты 3
самостоятельная работа	79,8	
часов на контроль	33,7	

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3 (2.1)		4 (2.2)		Итого	
	уп	рп	уп	рп		
Неделя	15 2/6		17 3/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	15	15	17	17	32	32
Практические	15	15	17	17	32	32
Контактная работа на промежуточную аттестацию	0,2	0,2	2,3	2,3	2,5	2,5
Итого ауд.	30	30	34	34	64	64
Контактная работа	30,2	30,2	36,3	36,3	66,5	66,5
Сам. работа	41,8	41,8	38	38	79,8	79,8
Часы на контроль			33,7	33,7	33,7	33,7
Итого	72	72	108	108	180	180

Программу составил(и):

к.б.н., доцент, доцент, Абрамова Владилена Романовна _____

Рецензент(ы):

Рабочая программа дисциплины

Физиология человека

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 16.10.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

Направление 49.03.01 Физическая культура

утвержденного учёным советом вуза от 27.01.2018 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

естественных дисциплин

Протокол от _____ 2020 г. № _____

Срок действия программы: 2020-2025 уч.г.

Зав. кафедрой Данилова Анна Ильинична

Председатель УМС

_____ 2020 г.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМС Коркин Е.В.

__ _____ 2021 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2021-22 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2021 г. № __
Зав. кафедрой

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМС

__ _____ 2022 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2022 г. № __
Зав. кафедрой

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМС

__ _____ 2023 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2023 г. № __
Зав. кафедрой

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМС

__ _____ 2024 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2024 г. № __
Зав. кафедрой

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Ознакомить студентов с основными представлениями о функциях организма человека в условиях покоя и процессах, протекающих в организме или составляющих его системах, органах, тканях, клетках, и механизмах их регуляции, а также научить будущих специалистов использовать полученные знания в области физиологии в своей практической деятельности.
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	
2.1.2	Анатомия человека
2.1.3	Естественнонаучные основы физической культуры
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Биохимия человека
2.2.2	Основы медицинских знаний и оказания первой помощи
2.2.3	Физкультурно-оздоровительная работа с населением (ФО)
2.2.4	Биомеханика двигательной активности
2.2.5	Спортивная психология
2.2.6	Психология физической культуры
2.2.7	Теория и методика физической культуры
2.2.8	Физиология спорта
2.2.9	Допинг контроль в спорте
2.2.10	Здоровый образ жизни
2.2.11	ЛФК
2.2.12	Восстановительные средства в спорте
2.2.13	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности
2.2.14	Массаж
2.2.15	Спортивная медицина

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-1: Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

Знать:

Уровень 1	недостаточно знает понятие и классификация систем; структуру закономерности функционирования систем;
Уровень 2	знает понятие и классификация систем; структуру закономерности функционирования систем;
Уровень 3	знает в полном объеме понятие и классификация систем; структуру закономерности функционирования систем

Уметь:

Уровень 1	недостаточно умеет работать с информацией, представленной в различной форме
Уровень 2	умеет работать с информацией, представленной в различной форме
Уровень 3	в полной мере умеет работать с информацией, представленной в различной форме

Владеть:

Уровень 1	недостаточно владеет критическим анализом и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры
Уровень 2	достаточно владеет критическим анализом и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры
Уровень 3	владеет достаточным объемом критическим анализом и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры

ОПК-7: Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

Знать:

Уровень 1	недостаточно знает факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;
Уровень 2	знает факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и

	спортивной деятельности;внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;
Уровень 3	знает в полном объеме факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;
Уметь:	
Уровень 1	недостаточно умеет признаки неотложных состояний и травматических повреждений;
Уровень 2	умеет распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;
Уровень 3	в полном объеме умеет распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;
Владеть:	
Уровень 1	недостаточно владеет составлением плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;
Уровень 2	достаточно владеет составлением плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;
Уровень 3	в полном объеме владеет составлением плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;

ОПК-9: Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

Знать:	
Уровень 1	недостаточно знает методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;
Уровень 2	знает методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;
Уровень 3	в полном объеме знает методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;
Уметь:	
Уровень 1	недостаточно умеет использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;
Уровень 2	умеет использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;
Уровень 3	в полном объеме умеет использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;
Владеть:	
Уровень 1	недостаточно владеет методами измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;
Уровень 2	владеет методами измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;
Уровень 3	в полном объеме владеет приемами методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	основные понятия и общие закономерности деятельности организма, механизмы регуляции функций в процессе жизнедеятельности и выполнении мышечной работы различного вида, характера, мощности; фазы и механизмы формирования двигательных навыков; физиологические особенности развития организма людей различного возраста;
3.2	Уметь:
3.2.1	проводить оценку функционального состояния человека в покое и при работе; тестировать функциональную подготовленность спортсменов; контролировать динамику морфофункциональных изменений в организме человека при выполнении физической деятельности;
3.3	Владеть:
3.3.1	методами исследований функционального состояния человека в покое и при работе.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература	Инте-ракт.	Примечание
	Раздел 1.						
1.1	введение в предмет /Лек/	3	1		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	

1.2	/Пр/	3	0		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.3	/Ср/	3	9		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.4	Нервная система /Лек/	3	6	УК-1 ОПК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.5	/Пр/	3	5		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.6	/Ср/	3	12		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.7	Сенсорные системы /Лек/	3	4	УК-1 ОПК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.8	/Пр/	3	5		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.9	/Ср/	3	10,8		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.10	Нервно-мышечная система /Лек/	3	4	УК-1 ОПК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.11	/Пр/	3	5		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.12	/Ср/	3	10		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.13	Система крови /Лек/	4	2	УК-1 ОПК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.14	/Пр/	4	1		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.15	/Ср/	4	6		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.16	Система кровообращения /Лек/	4	4	УК-1 ОПК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.17	/Пр/	4	4		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	

1.18	/Ср/	4	8		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.19	Система дыхания /Лек/	4	2	УК-1 ОПК-7 ОПК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.20	/Пр/	4	2		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.21	/Ср/	4	2		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.22	Система пищеварения. /Лек/	4	2	УК-1 ОПК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.23	/Пр/	4	4		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.24	/Ср/	4	4		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.25	Система выделения /Лек/	4	2		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.26	/Пр/	4	2		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.27	/Ср/	4	4		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.28	Обмен веществ и энергии /Лек/	4	2	УК-1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.29	/Пр/	4	2		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.30	/Ср/	4	8		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.31	Железы внутренней секреции /Лек/	4	3	УК-1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.32	/Пр/	4	2		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.33	/Ср/	4	6		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	

1.34	/КрАт/	3	0,2		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	
1.35	/КрАт/	4	2,3		Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	0	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Автоматия и проводящая система сердца.
2. Артериальное давление. Факторы, определяющие систолическое, диастолическое и пульсовое давление. Изменение АД при различных видах мышечной работы.
3. Вегетативная нервная система (ВНС) и ее роль в регуляции вегетативных функций и поддержании гомеостаза. Функции симпатического и парасимпатического отделов ВНС.
4. Вестибулярная сенсорная система.
5. Виды торможений.
6. Висцеральная, болевая и тактильная сенсорные системы.
7. Внешнее (легочное) дыхание.
8. Всасывание питательных веществ. Пристеночное и полостное пищеварение.
9. Гормоны гипофиза, их значение для жизнедеятельности. Роль гормонов гипофиза в регуляции Функций других желез внутренней секреции.
10. Гормоны коркового слоя надпочечников, их роль в жизнедеятельности организма и в долговременной адаптации к мышечной деятельности.
11. Гормоны мозгового слоя надпочечников. Симпато – адреналовая система и ее роль в процессе срочной адаптации организма к мышечной работе и психоэмоциональным напряжениям.
12. Гормоны половых желез и их роль в жизнедеятельности организма. Влияние половых желез на белковый обмен.
13. Гормоны щитовидной железы и их роль в жизнедеятельности организма, влияние на энергетический обмен.
14. Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме.
15. Зрительная сенсорная система.
16. Лейкоциты, их состав и функции
17. Механизм сокращения и расслабления мышечного волокна. Теория скольжения. Роль саркоплазматического ретикулума и ионов кальция в сокращении. Энергетика мышечного сокращения.
18. Механизмы вдоха и выдоха.
19. Механизмы действия гормонов на физиологические функции организма человека.
20. Механизмы регуляции дыхания. Дыхательный центр.
21. Мышечная композиция. Функциональные особенности разных типов мышечных волокон (медленные и быстрые). Их роль в проявлении мышечной силы, скорости и выносливости.
22. Нейроны как основные структурно – функциональные элементы ЦНС. Синаптическая связь между нейронами.
23. Нервная и гуморальная регуляция работы сердца в покое и при мышечной работе.
24. Обмен воды и минеральных веществ, его значение для обеспечения мышечной работоспособности.
25. Обмен газов в легких. Газовый состав вдыхаемого (атмосферного), альвеолярного и выдыхаемого воздуха. Диффузия газов через легочную мембрану.
26. Обмен жиров. Роль жиров в энергообеспечении мышечной работы.
27. Обмен углеводов в покое и при мышечной работе. Значение запасов углеводов для мышечной работоспособности.
28. Обонятельная и вкусовая сенсорные системы.
29. Основной обмен и добавочный расход энергии.
30. Основные свойства клеточной мембраны. Мембранный потенциал возбудимых клеток. Пассивный и активный перенос веществ через клеточную мембрану.
31. Первая и вторая сигнальная системы, их роль в формировании двигательных навыков.
32. Пищеварение в ротовой полости, желудке, кишечнике, механизмы регуляции.
33. Плазма крови. Изменения в плазме крови при мышечной работе.
34. Показатели работы сердца. Систолический (ударный) и минутный объемы крови. Показатели их определяющие. Изменения показателей работы сердца в зависимости от положения тела, вида и мощности физической работы.
35. Понятие об общем адаптационном синдроме, его стадии.
36. Предмет и задачи физиологии.
37. Проприорецепторы скелетных мышц и их роль в управлении движениями.
38. Рефлекторная дуга, ее составные части. Элементарные двигательные рефлексы у человека.
39. Роль белков в организме. Белковый обмен во время мышечной работы и в период восстановления.
40. Сердце как насос. Строение и функции сердца.
41. Система крови. Объем, состав и функции крови.
42. Слуховая сенсорная система
43. Температура тела и ее колебания при различных функциональных состояниях.
44. Температурное «ядро» и «оболочка» тела. Изменения температуры «ядра» и «оболочки» тела при мышечной

- работе.
45. Типы ВНД.
 46. Транспорт кислорода кровью. Гемоглобин и его соединения.
 47. Тромбоциты. Механизмы свертывания крови.
 48. Условные и безусловные рефлексы. Их роль в образовании двигательного динамического стереотипа.
 49. Физиологические механизмы обмена веществ. Понятие об ассимиляции и диссимиляции, анаболизме и катаболизме.
 50. Физиологические механизмы образования и проявления условных рефлексов. Роль условных рефлексов в приспособлении организма к изменениям во внешней и внутренней среде.
 51. Физиология рецепторов, их значение и классификация.
 52. Формы сокращения мышц (изотоническая, изометрическая, смешанная). Особенности одиночных и тетанических сокращений мышечных волокон.
 53. Функции мозжечка, ее роль в регуляции движений.
 54. Функции пищеварительного аппарата. Физиологические механизмы их регуляции.
 55. Функции продолговатого мозга, варолиева моста и среднего мозга.
 56. Функции спинного мозга.
 57. Функции эндокринной системы. Связь нервной и гуморальной регуляции функций организма.
 58. Центральная нервная система, ее основные функции.
 59. Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе разной мощности. Влияние на ЧСС положения тела в пространстве.
 60. Эритроциты, их количество и функции

5.2. Темы письменных работ

1. Значение физиологии человека для профессиональной деятельности.
2. Периоды развития человека.
3. Особенности строения и функции клетки.
4. Физиологические особенности костной ткани
5. Физиологические особенности мышечной системы.
6. Физиологические особенности нервной системы.
7. Физиологические особенности сердечно-сосудистой системы.
8. Физиологические особенности кровеносной системы.
9. Физиологические особенности лимфатической системы.
10. Физиологические особенности дыхательной системы.
11. Физиологические особенности пищеварительной системы.
12. Физиологические особенности мочеполовой системы
13. Физиологические особенности эндокринной системы
14. Физиология памяти и сна.
15. Состав и значение плазмы крови.
16. Иммунитет организма человека.
17. Свертывание крови. Значение для организма.
18. Функциональные свойства сердечной мышцы.
19. Артериальные и венозные сосуды: функции и особенности кровотока в них.
20. Физиологическое значение микроциркуляции.
21. Значение слуховой сенсорной системы для человека.
22. Белковый обмен в организме и его регуляция.

5.3. Фонд оценочных средств

Система контроля за ходом и качеством усвоения студентами содержания данной дисциплины включает следующие виды: Текущий контроль – проводится систематически с целью установления уровня овладения студентами учебного материала в течение семестра. К формам текущего контроля относятся: опрос, тестирование (Т), контрольной работы (К). Выполнение этих работ является обязательным для всех студентов, а результаты являются основанием для выставления оценок (баллов) текущего контроля.

Промежуточный контроль – оценка уровня освоения материала по самостоятельным разделам дисциплины. Проводится в заранее определенные сроки. Проводится два промежуточных контроля в семестр. В качестве форм контроля применяют коллоквиумы, контрольные работы, самостоятельное выполнение студентами домашних заданий с отчетом (защитой), тестирование по материалам дисциплины.

Итоговый контроль – оценка уровня освоения дисциплины по окончании ее изучения в форме зачета (экзамена).

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) включает в себя:

- Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
- Описание показателей и критериев оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины, описание шкал оценивания;
- Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;
- Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Фонд оценочных средств прилагается к рабочей программе дисциплины как приложение.

Фонд оценочных средств (ФОС) - комплекты методических и оценочных материалов, методик и процедур, предназначенных для определения соответствия или несоответствия уровня достижений обучающихся планируемым

результатам обучения. ФОС должны соответствовать ФГОС и ООП, целям и задачам обучения, предметной области, быть достижимыми, исполнимыми, включать полноту представления материалов.

При составлении ФОС для каждого результата обучения по дисциплине, модулю, практике необходимо определить этапы формирования компетенций, формы контроля, показатели и критерии оценивания сформированности компетенции на различных этапах ее формирования, шкалы и процедуры оценивания.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Оценка качества освоения ООП базируется на ФГОС ВО по направлению подготовки – «Физическая культура» и включает: разработку объективных процедур оценки уровня знаний и умений обучающихся, компетенций выпускников; регулярного проведения самообследования по согласованным критериям для оценки качества усвоения дисциплины посредством тестирования.

Оценка качества освоения ООП бакалавриата включает текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся и итоговую аттестацию студентов (экзамен). Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям ООП (текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация) создаются фонды оценочных средств, включающие типовые задания, тесты и методы контроля, позволяющие оценить знания, умения и уровень приобретенных компетенций.

Текущий и промежуточный контроль результатов изучения дисциплины

При изучении дисциплины предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль осуществляется в течение изучения отдельного раздела по всем видам занятий, промежуточный контроль осуществляется при проверке тестовых заданий по вопросам изучаемого курса.

Текущая аттестация (контроль) работы студентов осуществляется в процессе учебной деятельности. В течение изучения отдельного раздела на каждом виде занятий (лекция, практическое занятие, самостоятельная работа) студентам выставляются отметки (баллы). Если по каким-либо уважительным причинам студент не присутствовал на обязательных видах занятий, ему предлагаются другие виды работы (контрольные работы, реферат, тестирование), которые также оцениваются преподавателем.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Солодков А. С., Сологуб Е. Б.	Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник	Москва: Советский спорт, 2012
Л1.2	Чумаков Б. Н., Смирнов В. М.	Физиология нервно-мышечного аппарата и созревание его в онтогенезе с учетом оценки здоровья	Москва: Московский городской педагогический университет, 2012

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Смирнов В.М., Дубровский В.И.	Физиология физического воспитания и спорта: Учеб. пособ. для студ. сред. и высш. учеб. заведений	М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002
Л2.2	Уилмор Дж.Х	Физиология спорта	Киев: Олимпийская литература, 2001

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	электронная библиотека ЧГИФКИС;
----	---------------------------------

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Microsoft Office 2010
6.3.1.2	ЭО moodle
6.3.1.3	chrome

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	официальный сайт Московского государственного университета экономики, информатики и статистики
6.3.2.2	официальный сайт научной библиотеки Российского государственного гуманитарного университета
6.3.2.3	официальный сайт научной библиотеки МГУ им. Ломоносова
6.3.2.4	официальный сайт Государственной публичной научно-технической библиотеки
6.3.2.5	официальный сайт Библиотеки Российской академии наук
6.3.2.6	официальный сайт Государственной общественно-политической библиотеки
6.3.2.7	официальный сайт Библиотеки Администрации Президента РФ
6.3.2.8	официальный сайт Президентской библиотеки имени Б. Н. Ельцина. Тематический каталог
6.3.2.9	официальный сайт Парламентской библиотеки
6.3.2.10	официальный сайт Российской национальной библиотеки

6.3.2.11	официальный сайт Российской государственной библиотеки
6.3.2.12	Поиск электронных книг
6.3.2.13	Магазин электронных и аудиокниг
6.3.2.14	Все для студента
6.3.2.15	Библиотека РАН. Санкт-Петербург. Электронные ресурсы БАН
6.3.2.16	Поиск книг в электронных библиотеках
6.3.2.17	Научные журналы
6.3.2.18	Научная библиотека
6.3.2.19	Диссертации и авторефераты
6.3.2.20	Архив учебных программ и презентаций
6.3.2.21	Деловые статьи и Интернет-сервисы
6.3.2.22	Issuu – Publications All categories – Most popular
6.3.2.23	Google Книги
6.3.2.24	Научная электронная библиотека
6.3.2.25	Глоссарий.Ru
6.3.2.26	Энциклопедия: российские универсальные и тематические энциклопедии
6.3.2.27	Мир энциклопедий
6.3.2.28	Электронно-библиотечная система
6.3.2.29	электронная библиотека ЧГИФКИС
6.3.2.30	доступ к образовательным ресурсам «Единое окно»
6.3.2.31	справочник химика – доступ свободный
6.3.2.32	Международная электронная энциклопедия "Википедия"
6.3.2.33	EBSCO - универсальная база данных зарубежных полнотекстовых научных журналов по всем областям знаний
6.3.2.34	Поисковая система "Google"
6.3.2.35	Поисковая система "Яндекс"

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Кабинет №104.	Учебная аудитория		Учебная аудитория для занятий лекционного типа, семинарского типа, для групповых консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации (проектор;

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические рекомендации студентам:

Учебным планом на изучение дисциплины «Физиология человека» предусмотрено проведение учебных занятий в форме лекций, а также семинарских и лабораторно - практических занятий. Формой контроля знаний по итогам освоения предмета является зачет. Одним из центральных звеньев в учебно – познавательной деятельности студентов является самостоятельная работа с учебным материалом. При самостоятельной проработке учебного материала необходимым элементом работы является конспектирование. Записи содействуют лучшему и прочному освоению знаний, по мере необходимости им можно пользоваться к зачету. Можно использовать следующие формы записей: цитирование, план, тезисы, аннотация, конспект. Прежде чем приступить к самостоятельной работе по изучению того или иного учебного материала, необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом и списком рекомендуемой литературы, затем необходимо прочитать записи лекций, ознакомиться с материалами учебного пособия и прочитать учебный материал. При составлении конспектов необходимо исходить из последовательности изложения учебного материала, раскрывая содержание темы по вопросам, данным в тематическом плане. Содержание тематических планов совпадает с порядком изложения учебного материала в учебнике, пособии, обучающем тексте.

Конспекты рекомендуется вести в отдельной тетради. В начале конспектов лучше сделать оглавление, что впоследствии дает возможность быстро отыскать в тетради нужную тему. Кроме того, следует указывать источники, по которым составляется конспект, авторы, год написания. Для того, чтобы в процессе освоения учебных материалов больше участвовала зрительная память, подчеркивайте цветными маркерами выводы, формулы или наиболее важные мысли.

Методические рекомендации по написанию реферата

Реферат это форма научной работы студентов используется при изучении как основных теоретических курсов, так и специальных прикладных дисциплин. Представляет собой итог самостоятельного изучения одной или нескольких научных работ и должен отражать их основное содержание. При его написании студент должен продемонстрировать умение выделять главное в научном тексте, видеть проблемы, которым посвящена работа, а также пути и способы их решения, предлагаемые автором. Реферат должен иметь четкую структуру: включать введение, в котором обосновывается важность данной работы, основную часть, раскрывающую собственно содержание книги, и заключение, где студент должен представить в краткой форме выводы автора работы.