ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей кафедрой

Электронный документ, подписанный ПЭП, хранится в системе электронного документооборота Южно-Уральского государственного университета
СВЕДЕНИЯ О ВЛАДЕЛЬЦЕ ПЭП
Кому выдан: Ненашева А. В.
Пользователь: nenashevaav
Дата подписания: 24.05.2023

А. В. Ненашева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.П0.04 Биохимия человека
для направления 44.03.01 Педагогическое образование
уровень Бакалавриат
профиль подготовки Физкультурное образование
форма обучения очная
кафедра-разработчик Теория и методика физической культуры и спорта

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утверждённым приказом Минобрнауки от 22.02.2018 № 121

Зав.кафедрой разработчика,
д.биол.н., доц.

Электронный документ, подписанный ПЭП, хранится в системе электронного документооборота Южно-Уральского государственного университета
СВЕДЕНИЯ О ВЛАДЕЛЬЦЕ ПЭП
Кому выдан: Ненашева А. В.
Пользователь: nenashevaav
Дата подписания: 24.05.2023

А. В. Ненашева

Разработчик программы,
к.биол.н., доцент

Электронный документ, подписанный ПЭП, хранится в системе электронного документооборота Южно-Уральского государственного университета
СВЕДЕНИЯ О ВЛАДЕЛЬЦЕ ПЭП
Кому выдан: Епишев В. В.
Пользователь: epishevvv
Дата подписания: 24.05.2023

В. В. Епишев

Челябинск

1. Цели и задачи дисциплины

Целью дисциплины является создание у студентов общих представлений о фундаментальных достижениях биологической химии в изучении химических основ жизни. Задачи: Показать, как на основе элементарных физических и химических явлений возникает качественно новое состояние материи - биологическая функция; Раскрыть биохимические основы обмена веществ в организме, молекулярные основы нарушений процессов жизнедеятельности при патологии; Определить участие органических соединений в организации биологических структур клеток, тканей, органов Раскрыть биохимические основы изменений в организме при физической нагрузке. Раскрыть биохимические основы питания при спортивно-оздоровительных мероприятиях

Краткое содержание дисциплины

Химический состав живых организмов. Общие закономерности обмена веществ и энергии. Регуляция обмена веществ. Витамины. Гормоны. Ферменты. Рациональное питание при спортивно-оздоровительных технологиях.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает: особенности биохимических реакций в ответ на физические нагрузки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Умеет: обосновывать решение задач физической культуры с позиций биохимических реакций для улучшения уровня физической подготовленности. Имеет практический опыт: определение уровня физической подготовленности на основе биохимических исследований в профессиональной деятельности.
ПК-2 Способен развивать у обучающихся познавательную активность, самостоятельность, инициативность, творческие способности и гражданскую позицию способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни, средствами преподаваемого учебного предмета	Знает: способы и методы контроля, тестирования. Умеет: объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов контроля, развивать у обучающихся познавательную активность, самостоятельность.

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Физиология человека, Возрастные особенности физического воспитания,	Спортивная метрология и контроль в физической культуре и спорте

Биомеханика двигательной деятельности, Основы медицинских знаний и здорового образа жизни, Педагогическая валеология	

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
Биомеханика двигательной деятельности	Знает: основные закономерности возрастного развития, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни., предмет, историю и специфическую проблематику биомеханики; терминологию биомеханики; понятие о моделях и моделировании в биомеханике; основы биомеханического контроля, технические средства и методики измерений. Умеет: развивать у обучающихся познавательную активность, самостоятельность, формирование у обучающихся потребности в двигательной активности., осуществлять математическое моделирование различных форм движений в зависимости от биомеханических свойств двигательной системы у детей и подростков; проводить расчетно-графические работы и делать анализ выполненного исследования; обобщать и анализировать полученные результаты с точки зрения основ биомеханических процессов; осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач. Имеет практический опыт: владения навыками статистической обработки полученных результатов в ходе антропометрических исследований; количественными методами оценки эффективности физических упражнений; методами математической обработки информации; осуществления критического анализа информации для решения поставленных задач.
Педагогическая валеология	Знает: основные психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями., основы методики валеологического воспитания, виды и приемы современных здоровьесберегающих педагогических технологий., основные этапы, методологию поиска, анализа и синтеза информации для решения поставленных задач., современную методологию педагогической деятельности на основе специальных научных знаний. Умеет:

	демонстрирует знания психолого-педагогических технологий в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями., определять воспитательные цели, способствующие развитию обучающихся, использовать приемы формирования у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни., определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы; осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач., определять цель и задачи педагогической деятельности, исходя из условий педагогической ситуации. Имеет практический опыт: применения специальных психолого-педагогических технологий и методов, позволяющих проводить коррекционно-развивающую работу с неуспевающими обучающимися; использования психолого-педагогических технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями., формировать познавательную мотивацию обучающихся к физической культуре и спорту, культуре здорового и безопасного образа жизни., планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда; осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации., владения навыками педагогической деятельности на основе специальных научных знаний и результатов педагогических исследований.
Возрастные особенности физического воспитания	Знает: показатели физической подготовленности, классификацию методов и средств физического воспитания для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности., возрастную периодизацию, средства, методы, принципы, формы обучения в соответствии с полом, возрастом, уровнем подготовленности в области физической культуры и спорта. Умеет: применять методы и средства физического воспитания с различным контингентом занимающихся с учетом их возрастных, половых и индивидуальных возможностей, состояния здоровья, уровнем физической подготовленности., осуществлять на основе существующих методик организационно-

	методическое сопровождение образовательного процесса по программам основного общего и среднего общего образования. Имеет практический опыт: владения основными методиками преподавания физического воспитания с учетом возрастных особенностей занимающихся, осуществления на основе существующих методик организационно-методическое сопровождение образовательного процесса по программам основного общего и среднего общего образования с учетом возрастных особенностей.
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Знает: терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил при возникновении чрезвычайных ситуаций., значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности, работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; основы организации здорового образа жизни, правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни. Умеет: организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий; использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций., планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности, определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; использовать основы

	физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности. Имеет практический опыт: использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях; оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил при возникновении чрезвычайных ситуаций. , проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима, планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности; здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Физиология человека	Знает: место человека в живом мире, понимает основы психосоматических взаимоотношений, взаимосвязь социального и биологического в личности и знаком с физиологическими основами переработки информации, мышления и сознания., физиологию человека (структурные уровни организации человеческого организма, физиологически функции и механизмы регуляции, количественные и качественные состояния внутренней среды организма; принципы влияния двигательной активности на системы организма человека с учетом пола, возраста, индивидуальных особенностей. Умеет: осмысливать физиологические механизмы непременно основывается на данных анатомии, гистологии, цитологии, бионики и других направлений биологических наук, объединяя их в единую систему знаний., использовать знания

	физиологии в жизнедеятельности и профессиональной деятельности; применять принципы структурной и функциональной организации систем на практике, определять состояние функциональных систем и оказывать первую доврачебную помощь; учитывать индивидуальные особенности организма при применении разных средств и приемов двигательной активности; осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний. Имеет практический опыт: знаний о функционировании живого организма, разных органов, а также механизм регуляции разных функций организма., владения методами медико-биологического контроля за состоянием организма; методами анализа и оценки состояния организма человека при различных состояниях и условиях; методами анализа и оценки состояния организма человека, осуществления педагогической деятельности на основе специальных научных знаний.

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч., 36,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		6
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72
Аудиторные занятия:	32	32
Лекции (Л)	16	16
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	16	16
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа (СРС)	35,75	35,75
подготовка к тестированию, зачету	10	10
выполнение исследовательских и творческих заданий	15,75	15.75
написание тематических докладов, рефератов и эссе на проблемные темы, подготовка презентаций	10	10
Консультации и промежуточная аттестация	4,25	4,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Химический состав организма человека.	4	2	2	0

2	Общие закономерности обмена веществ и энергии.	4	2	2	0
3	Регуляция обмена веществ. Ферменты. Витамины. Гормоны.	12	6	6	0
4	Биохимические изменения в организме при работе различного характера.	12	6	6	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1-2	1	Общая характеристика белков, углеводов, жиров и липидов, нуклеиновых кислот.	2
3-4	2	Общая характеристика витаминов. Общая характеристика гормонов.	2
5-10	3	Регуляция обмена веществ. Ферменты. Витамины, Гормоны. Биоэнергетика. Роль АТФ в организме. Биологическое окисление. Биохимия мышц и мышечного сокращения. Биохимические изменения в организме при работе различного характера. Биохимические процессы при утомлении и в период восстановления после физической работы. Биохимические процессы, приводящие к развитию утомления. Основные механизмы нервно-гуморальной регуляции мышечной деятельности	6
11-16	4	Биохимические изменения в организме при работе различного характера. Биохимические процессы при утомлении и в период восстановления после физической работы. Биохимические процессы, приводящие к развитию утомления. Закономерности биохимической адаптации в процессе спортивной тренировки. Рациональное питание при спортивно-оздоровительных технологиях.	6

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1-2	1	Строение и свойства биоорганических соединений. Низкомолекулярные соединения. Высокомолекулярные соединения. Белки, нуклеиновые кислоты, углеводы, липиды. Особенности структуры и биологическая роль	2
3-4	2	Основные этапы катаболизма углеводов, липидов, белков. Распад макромолекул, Образование ацетилкоэнзима А, Реакции цикла трикарбоновых кислот. Ферменты. Классификация. Механизм действия. Витамины. Гормоны.	2
5-10	3	Основные механизмы нервно-гуморальной регуляции мышечной деятельности. Изменения скорости метаболических процессов, биохимические изменения в скелетных мышцах, в головном мозге и миокарде, в печени, в крови, в моче. Гуморальная регуляция мышечной деятельности. Характеристики маскулизации; Немедицинское применение препаратов тестостерона; Побочные эффекты приема тестостерона, гормона роста.	6
11-16	4	Питание при занятиях ФКиС. Закономерности биохимической работоспособности в процессе спортивной тренировки. Метаболизм и "небезопасные продукты". Индивидуализация рационов питания спортсменов. Рационы питания для различной категории граждан.	6

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
подготовка к тестированию, зачету	ПУМД осн.1 с 28-149, 185-248; доп. 1 с.24-358, доп. 2 с. 12-340; ЭУМД осн. 1 с. 7-130; доп. 1 с. 4-134.	6	10
выполнение исследовательских и творческих заданий	ПУМД и ЭУМД осн. и доп. лит-ра. Поиск информации в интернете	6	15,75
написание тематических докладов, рефератов и эссе на проблемные темы, подготовка презентаций	ПУМД и ЭУМД осн. и доп. лит-ра. Поиск информации в интернете	6	10

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-мест	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учи-тыва-ется в ПА
1	6	Текущий контроль	тест НОК	1	10	Тест содержит 10 вопросов. Максимальная оценка - 10 баллов. Время выполнения теста -10 минут. Тест считается пройденным, если студент набрал не менее 6 баллов. Количество попыток - 2. 9-10 баллов - оценка "отлично", 7-8 баллов - оценка "хорошо", 5 - 6 оценка "удовлетворительно", ниже 5 - оценка "неудовлетворительно".	зачет
2	6	Текущий контроль	Сообщение	1	5	5 баллов: студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий используемых в работе, смог ответить на все уточняющие и дополнительные вопросы; определяет междисциплинарные связи по условию задания. 4 балла: студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, смог ответить почти полно на все	зачет

						заданные дополнительные и уточняющие вопросы; имеет неполное понимание междисциплинарных связей при правильном выборе алгоритма выполнения задания. 3 балла: студент в целом освоил материал практической работы, ответил не на все уточняющие и дополнительные вопросы, даёт неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор алгоритма выполнения задания возможен при наводящих вопросах преподавателя. 2 балла: студент, имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, который полностью не раскрыл содержание вопросов, не смог ответить на уточняющие и дополнительные вопросы; даёт неверную оценку ситуации, неправильно выбирает алгоритм действий. 1 балл: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	
3	6	Текущий контроль	Задание Глоссарий	2	10	9-10 баллов: содержание тезауруса соответствует заданной профессиональной тематике, использованы релевантные источники, максимально полно и детально раскрыты ключевые слова (не менее 100%) 7-8 баллов: содержание тезауруса в целом соответствует заданной профессиональной тематике, но присутствуют избыточные, либо не совсем соответствующие теме, раскрыты ключевые слова (не менее 80%). 5-6 баллов: содержание тезауруса не в полной мере соответствует заданной профессиональной тематике, но присутствуют избыточные, либо не соответствующие профессиональной сфере, приведены ключевые слова в ограниченном количестве (менее 50%). 3-4 балла: содержание тезауруса не соответствует заданной профессиональной тематике, количество ключевых слов в ограниченном количестве (менее 20%). 1 балл: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	зачет
4	6	Текущий контроль	Задание Презентация	1	5	5 баллов: презентация соответствует теме; оформлен титульный слайд с	зачет

						заголовком (тема, план, автор); сформулированная тема ясно изложена и структурирована; использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; выдержан стиль, цветовая гамма, использована анимация, звук; работа оформлена и предоставлена в установленный срок. 4 балла: презентация соответствует теме; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, план, автор); сформулированная тема ясно изложена и структурирована; использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; работа оформлена и предоставлена в установленный срок. 3 балла: презентация соответствует теме; техническая сторона презентации имеет много погрешностей и во многом не соответствует всем требованиям (количество, правила оформления слайдов, структура слайдов и т.д.). 2 балла: работа содержит грубые ошибки. 1 балл: представлен материал не по теме. 0 баллов: презентация не выполнена.	
5	6	Текущий контроль	Задание Составление теста	1	20	19-20 баллов: тест состоит не менее 100% заданий, по темам, указанных преподавателем, тест составлен точно по образцу. 17-18 баллов: тест состоит их определенного количества заданий, 20% заданий не по темам, указанных преподавателем, тест составлен точно по образцу. 12-16 баллов: тест состоит из меньшего количества заданий, 40% заданий не по темам, указанных преподавателем, тест составлен не по образцу. Менее 12 баллов: тест состоит их меньшего количества заданий, не по темам, указанных преподавателем, тест составлен не по образцу.	зачет
6	6	Текущий контроль	Задание Рацион питания	1	5	5 баллов: студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий используемых в работе, смог ответить на все уточняющие и дополнительные вопросы; определяет междисциплинарные связи по условию задания. 4 балла: студент демонстрирует знания теоретического и практического	зачет

						материала по теме практической работы, смог ответить почти полно на все заданные дополнительные и уточняющие вопросы; имеет неполное понимание междисциплинарных связей при правильном выборе алгоритма выполнения задания. 3 балла: студент в целом освоил материал практической работы, ответил не на все уточняющие и дополнительные вопросы, даёт неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор алгоритма выполнения задания возможен при наводящих вопросах преподавателя. 2 балла: студент, имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, который полностью не раскрыл содержание вопросов, не смог ответить на уточняющие и дополнительные вопросы; даёт неверную оценку ситуации, неправильно выбирает алгоритм действий. 1 балл: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	
7	6	Текущий контроль	Задание Инд рацион питания на 30 дней	1	10	9-10 баллов: студент предоставляет самостоятельно составленное творческое задание, дает развернутый комментарий, показывает глубокое знание материала, вносит обоснованные предложения, легко отвечает на поставленные вопросы 7-8 баллов: студент предоставляет составленное творческое задание, дает комментарий, показывает знание материала, без особых затруднений отвечает на поставленные вопросы. 5-6 баллов: составленное творческое задание не полностью соответствует требованиям, базируется на практическом материале, но имеет поверхностный результат, в работе просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные положения, студент проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов, не всегда дает исчерпывающие аргументированные ответы на заданные вопросы. 3-4 балла: составленное творческое задание не соответствует требования, в работе нет последовательности. При представлении своей работы студент затрудняется отвечать	зачет

						1-2 балла: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	
8	6	Текущий контроль	Задание Упр на работоспособность	1	5	9-10 баллов: студент предоставляет самостоятельно составленное творческое задание, дает развернутый комментарий, показывает глубокое знание материала, вносит обоснованные предложения, легко отвечает на поставленные вопросы 7-8 баллов: студент предоставляет составленное творческое задание, дает комментарий, показывает знание материала, без особых затруднений отвечает на поставленные вопросы. 5-6 баллов: составленное творческое задание не полностью соответствует требованиям, базируется на практическом материале, но имеет поверхностный результат, в работе просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные положения, студент проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов, не всегда дает исчерпывающие аргументированные ответы на заданные вопросы. 3-4 балла: составленное творческое задание не соответствует требования, в работе нет последовательности. При представлении своей работы студент затрудняется отвечать. 1-2 балла: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	зачет
9	6	Проме-жуточная аттестация	Вопросы к зачету	-	5	Зачтено: студент твердо усвоил программный материал, грамотно и по существу излагает его, опираясь на знания основной литературы; не допускает существенных неточностей; увязывает усвоенные знания с практической деятельностью психолога; аргументирует научные положения; делает выводы и обобщения;владеет системой научных понятий Незачтено: студент не усвоил значительной части программного материала; допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении психолого-педагогических проблем; испытывает трудности в практическом применении знаний; не может аргументировать научные положения; не формулирует выводов и обобщений.	зачет

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и бонусного рейтинга. Студент вправе прийти на зачет для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4.Зачет проводится в форме устного опроса. В аудитории, где проводится зачет, должно одновременно присутствовать не более 6 – 8 студентов. Каждому студенту задается по одному вопросу или заданию из каждой темы, выносимой на зачет. При неправильном ответе студенту могут быть заданы уточняющие или новые вопросы из этой темы. Тема считается освоенной, если студент смог ответить на 65% вопросов, заданных по этой теме. Зачтено: студенту, который освоил все темы, вынесенные на зачет; дополнительным условием получения оценки «зачтено» могут стать хорошие успехи при выполнении самостоятельной и контрольной работы и систематическая активная работа на практических занятиях. Не зачтено: студенту, который не освоил хотя бы одну тему.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
УК-7	Знает: особенности биохимических реакций в ответ на физические нагрузки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	+	+	+	+	+				+
УК-7	Умеет: обосновывать решение задач физической культуры с позиций биохимических реакций для улучшения уровня физической подготовленности.	+			+	+	+	+	+	+
УК-7	Имеет практический опыт: определение уровня физической подготовленности на основе биохимических исследований в профессиональной деятельности.	+		+					+	+
ПК-2	Знает: способы и методы контроля, тестирования.	+		+	+				+	+
ПК-2	Умеет: объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов контроля, развивать у обучающихся познавательную активность, самостоятельность.	+						+	+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Михайлов, С. С. Спортивная биохимия [Текст] учеб. для вузов по специальности 032101 "Физическая культура и спорт" С. С. Михайлов. - 3-е изд., изм. и доп. - М.: Советский спорт, 2006. - 256 с.

б) дополнительная литература:

1. Ершов, Ю. А. Общая биохимия и спорт [Текст] учеб. пособие Ю. А. Ершов. - М.: Издательство Московского университета, 2010. - 367 с. ил., табл.
2. Михайлов, С. С. Спортивная биохимия [Текст] учебник для вузов по специальности 032100 "Физ. культура" С. С. Михайлов. - 7-е изд., стер. - М.: Советский спорт, 2013. - 346, [1] с.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Суточная норма калорий
2. Примерные рационы питания

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Суточная норма калорий
2. Примерные рационы питания

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Власов, В. Н. Биохимия человека : учебно-методическое пособие / В. Н. Власов. — Тольятти : ТГУ, 2011. — 135 с. https://e.lanbook.com/book/139813
2	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Глухарева, Т. В. Биохимия : учебное пособие : в 2 частях / Т. В. Глухарева, И. С. Селезнева. — Екатеринбург : УрФУ, [б. г.]. — Часть 1 : Основные питательные вещества человека — 2016. — 140 с. https://e.lanbook.com/book/98436

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (https://edu.susu.ru)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. ООО "ГарантУралСервис"-Гарант(31.12.2022)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические занятия и семинары	202 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Лекции	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Самостоятельная работа студента		Автоматизированное рабочее место: монитор; системный блок; колонки; мышь; клавиатура; сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет
Зачет,диф.зачет	202 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.