

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Институт фундаментальной медицины и биологии



подписано электронно-цифровой подписью

Программа дисциплины
Спортивное сердце спортсмена Б1.В.ДВ.7

Направление подготовки: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Образование в области физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Автор(ы):

Абзалов Р.А.

Рецензент(ы):

Абзалов Н.И.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой: Абзалов Н. И.

Протокол заседания кафедры № ____ от "____" 201____г

Учебно-методическая комиссия Института фундаментальной медицины и биологии:

Протокол заседания УМК № ____ от "____" 201____г

Регистрационный № 8494332519

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) профессор, д.н. (профессор) Абзалов Р.А. кафедра теории и методики физической культуры, спорта и ЛФК Центр биологии и педагогического образования , Rinat.Abzalov@kpfu.ru

1. Цели освоения дисциплины

Курс 'Спортивное сердце спортсмена' преследует цель формировать знание у студентов о двигательной деятельности как основе физического здоровья. Изучает клеточно-молекулярные механизмы влияния двигательной активности на сокращение скелетных мышц и насосную функцию сердца и закономерности их изменения в условиях различных режимов двигательной активности.

Курс направлен на расширение и углубление студентами знаний о клеточно-молекулярных механизмах адаптации скелетной мускулатуры и сердца к различным режимам двигательной активности.

Дисциплина 'Спортивное сердце спортсмена' относится к базовой части дисциплин по выбору.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел "Б1.В.ДВ.7 Дисциплины (модули)" основной образовательной программы 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 5 курсе, 10 семестр.

Данная учебная дисциплина включена в блок 1 основной образовательной программы 44.03.05 Педагогическое образование и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 5 курсе, 10 семестр. Итоговая форма контроля зачет.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-6 (общекультурные компетенции)	способностью к самоорганизации и самообразованию
ОПК-1 (профессиональные компетенции)	готовностью сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности
ОПК-2 (профессиональные компетенции)	способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся
ОПК-6 (профессиональные компетенции)	готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся
ПК-11 (профессиональные компетенции)	готовностью использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования
ПК-2 (профессиональные компетенции)	способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ПК-6 (профессиональные компетенции)	готовностью к взаимодействию с участниками образовательного процесса
ПК-7 (профессиональные компетенции)	способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

клеточно-молекулярные механизмы изменения функций сердца и скелетной мускулатуры при адаптации к различным режимам двигательной активности.

2. должен уметь:

- оценивать эффективность проведения физкультурно-спортивных занятий с акцентом их влияния на функционирование сердца;

3. должен владеть:

- навыками самостоятельной научной и исследовательской работы;
- навыками количественного и качественного анализа показателей деятельности сердца для принятия управленческих решений.

4. должен демонстрировать способность и готовность:

- применять полученные знания на практике.

4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных(ые) единиц(ы) 108 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: зачет в 10 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практи- ческие занятия	Лабора- торные работы	
1.	Тема 1. Введение в курс дисциплины "Двигательный режим и развивающееся сердце спортсмена". Свойства мембран возбудимых клеток. Ионные						

каналы. Ионные насосы. Потенциал покоя, потенциал действия.

10	2	2	0	Письменное домашнее задание
----	---	---	---	-----------------------------------

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практи- ческие занятия	Лабора- торные работы	
2.	Тема 2. Свойства нервно-мышечного синапса. Передача сигнала с мотонейрона на мышцу. Потенциал концевой пластиинки. Миниатюрный потенциал концевой пластиинки. Иннервация скелетных мышц. Нейро-моторные единицы.	10		2	4	0	Письменное домашнее задание
3.	Тема 3. Механизм сокращения скелетной мышцы. Утомление в двигательном аппарате и целом организме. Изменение электро-физиологических свойств скелетного мышечного волокна при адаптации к мышечным нагрузкам	10		2	2	0	Письменное домашнее задание
4.	Тема 4. Особенности двигательной деятельности детей. Классификация режимов двигательной активности.	10		2	2	0	Контрольная работа
5.	Тема 5. Роль сердца в системе кровообращения. Основные свойства сердечной мышцы. Автоматия. Сократимость. Проводимость. Возбудимость.	10		2	2	0	Устный опрос
6.	Тема 6. Ионные механизмы потенциала действия рабочих и атипических кардиомиоцитов.	10		2	2	0	Письменное домашнее задание
7.	Тема 7. Электрокардиография как метод исследования основных функций сердца. Изменения на ЭКГ во время выполнения мышечной нагрузки и в результате долговременной адаптации к различным мышечным нагрузкам.	10		2	2	0	Устный опрос
8.	Тема 8. Сократимость сердца. Механизмы физиологической гипертрофии миокарда.	10		2	4	0	Письменное домашнее задание
9.	Тема 9. Механизмы автоматии сердца. Механизмы формирования брадикардии тренированности	10		2	2	0	Письменное домашнее задание
10.	Тема 10. Экстра- и интракардиальная регуляция функций тренированного сердца	10		2	4	0	Контрольная работа
.	Тема . Итоговая форма контроля	10		0	0	0	Зачет

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практи- ческие занятия	Лабора- торные работы	
	Итого			20	26	0	

4.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Введение в курс дисциплины "Двигательный режим и развивающееся сердце спортсмена". Свойства мембран возбудимых клеток. Ионные каналы. Ионные насосы. Потенциал покоя, потенциал действия.

лекционное занятие (2 часа(ов)):

"Двигательный режим и развивающееся сердце спортсмена" - как учебная и научная дисциплина. Влияние двигательной активности на нервные и мышечные клетки. Строение возбудимой мембранны клетки. Ионные каналы. Ионные насосы. Мембранный потенциал, потенциал действия. Параметры возбудимости. Рефрактерность. Проведение возбуждения по клеточной мембране. Законы проведения возбуждения.

практическое занятие (2 часа(ов)):

А. Основные свойства мембран. Классификация ионных каналов. Ионотропные и метаботропные рецепторы. Б. Ионные насосы, механизм их работы, примеры. Механизм формирования потенциала покоя. Ионный механизм фаз потенциала действия нервной и мышечной клетки. Зарисовать потенциал действия, подписать его фазы. Описать ионный механизм фаз ПД. Составить классификацию кальциевых, калиевых, натриевых и хлорных каналов. Указать физиологическую роль каждого типа и подтипа каналов.

Тема 2. Свойства нервно-мышечного синапса. Передача сигнала с мотонейрона на мышцу. Потенциал концевой пластинки. Миниатюрный потенциал концевой пластинки. Иннервация скелетных мышц. Нейро-моторные единицы.

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Свойства нервно-мышечного синапса. Передача сигнала с мотонейрона на мышцу. Потенциал концевой пластинки. Миниатюрный потенциал концевой пластинки. Иннервация скелетных мышц. Нейромоторные единицы.

практическое занятие (4 часа(ов)):

Проведение возбуждения в нервно-мышечном синапсе. Иннервация скелетных мышц. Нейромоторные единицы. Нарисовать и подписать схему иннервации скелетного мышечного волокна. Нарисовать рефлекторную дугу двигательного рефлекса. Нарисовать и подписать различные нейромоторные единицы.

Тема 3. Механизм сокращения скелетной мышцы. Утомление в двигательном аппарате и целом организме. Изменение электро-физиологических свойств скелетного мышечного волокна при адаптации к мышечным нагрузкам

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Механизм сокращения скелетной мышцы. Утомление в двигательном аппарате и целом организме. Изменение электрофизиологических свойств скелетного мышечного волокна при адаптации к мышечным нагрузкам

практическое занятие (2 часа(ов)):

Механизм сокращения скелетной мышцы. Электро-механическое сопряжение. Классификация кальциевых каналов (дигидропиридиновые, рианодиновые и др.). Роль ионов кальция в механизме сокращения скелетного мышечного волокна. Привести описание типичного ионотропного рецептора (Н-холинорецептор). Привести описание и механизм реализации эффекта при активации метаботропного бета1-адренорецептора.

Тема 4. Особенности двигательной деятельности детей. Классификация режимов двигательной активности.

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Особенности двигательной деятельности детей. Классификация режимов двигательной активности.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Механизмы расслабления скелетных мышечных волокон. Влияние физических тренировок. Ионные механизмы-роль АТФ зависимых кальциевых каналов, кальциевых насосов мембранны и саркоплазматического ретикулума. Нарисовать нервно-мышечный синапс. Подписать части. Указать последовательность передачи сигнала с аксона мотонейрона на мембрану скелетного мышечного волокна.

Тема 5. Роль сердца в системе кровообращения. Основные свойства сердечной мышцы. Автоматия. Сократимость. Проводимость. Возбудимость.

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Роль сердца в системе кровообращения. Основные свойства сердечной мышцы. Автоматия. Сократимость. Проводимость. Возбудимость.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Роль сердца в системе кровообращения. Строение сердца. Кровоснабжение сердца. Фазовая структура сердечного цикла. Клапанный аппарат сердца. Электро-механическое сопряжение. Дать определение, привести последовательность событий, характеризующих электро-механическое сопряжение. Описать механизм участия ионов кальция в сокращении скелетного мышечного волокна. Тропониновый комплекс.

Тема 6. Ионные механизмы потенциала действия рабочих и атипических кардиомиоцитов.

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Ионные механизмы потенциала действия рабочих и атипических кардиомиоцитов.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Рабочие и атипические кардиомиоциты. Особенности. Ионные механизмы ПД рабочих и атипических кардиомиоцитов. Изменение электрофизиологических свойств кардиомиоцитов при мышечных тренировках. Составить классификацию кальциевых каналов с указанием физиологической роли каждого из них, а также способа активации.

Тема 7. Электрокардиография как метод исследования основных функций сердца. Изменения на ЭКГ во время выполнения мышечной нагрузки и в результате долговременной адаптации к различным мышечным нагрузкам.

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Электрокардиография как метод исследования основных функций сердца. Изменения на ЭКГ во время выполнения мышечной нагрузки и в результате долговременной адаптации к различным мышечным нагрузкам.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Диагностические возможности метода электрокардиографии. Анализ ЭКГ. Применение ЭКГ при проведении функциональных проб. Выявление проводимости, возбудимости и автоматии по ЭКГ. Изменение на ЭКГ вследствие адаптации к физическим нагрузкам. Нарисовать электрокардиограмму во 11 стандартном отведении, выделить и подписать амплитуду зубцов, длительность интервалов и сегментов. Дать определение сегмент и интервал. Написать пример подсчета частоты сердечных сокращений

Тема 8. Сократимость сердца. Механизмы физиологической гипертрофии миокарда.

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Сократимость сердца. Механизмы физиологической гипертрофии миокарда.

практическое занятие (4 часа(ов)):

Электромеханическое сопряжение. Роль ионов кальция в сокращении кардиомиоцитов.

Описать примеры изменения в работе кальциевых, калиевых, натриевых каналов в мемbrane скелетных мышечных волокон и кальциевых каналов и насосов на мемbrane саркоплазматического ретикулума при адаптации к физическим нагрузкам. Описать механизм расслабления кардиомиоцита. Роль кальциевых насосов. Указать на схеме все пути удаления ионов кальция из саркоплазмы. Роль АТФ в расслаблении мышечного волокна. Влияние адаптации к физическим нагрузкам на изменение ЧСС, УОК и МОК при выполнении физических нагрузок.

Тема 9. Механизмы автоматии сердца. Механизмы формирования брадикардии тренированности

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Механизмы автоматии сердца. Механизмы формирования брадикардии тренированности

практическое занятие (2 часа(ов)):

Современные представления о формировании брадикардии тренированности. Анализ фаз ПД атипических кардиомиоцитов. Н-каналы, их роль в формировании брадикардии.

Нарисовать потенциал действия рабочих и атипических кардиомиоцитов. Подписать фазы и описать ионный механизм каждой фазы ПД. Написать отличительные особенности ПД рабочих и атипических кардиомиоцитов.

Тема 10. Экстра- и интракардиальная регуляция функций тренированного сердца

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Экстра- и интракардиальная регуляция функций тренированного сердца

практическое занятие (4 часа(ов)):

А. Внесердечная регуляция. Нервная регуляция. Гуморальная регуляция. Рецепторные механизмы реализации норадренергических и холинергических влияний на функции сердца. Изменение регуляторных влияний под влиянием различных физических нагрузок. Б.

Внутрисердечные механизмы регуляции работы сердца. Внутриклеточная регуляция.

Межклеточная регуляция. В. Механизмы гипертрофии кардиомиоцитов - роль ионов кальция, катехоламинов, серотонина, сердечных пептидов. Г. Возрастные особенности адаптации сердца к различным физическим нагрузкам. Клеточно-молекулярные механизмы регуляции автоматии и сократимости миокарда в возрастном аспекте.

4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел дисциплины	Се-местр	Неде-ля семе-стра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудо-емкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Введение в курс дисциплины "Двигательный режим и развивающееся сердце спортсмена". 1. Свойства мембран возбудимых клеток. Ионные каналы. Ионные					

насосы. Потенциал покоя, потенциал действия.

10

подготовка домашнего задания

8

Письмен-
ное
домаш-
нее
задание

N	Раздел дисциплины	Се-мestr	Неде-ля семе-стра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудо-емкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
2.	Тема 2. Свойства нервно-мышечного синапса. Передача сигнала с мотонейрона на мышцу. Потенциал концевой пластинки. Миниатюрный потенциал концевой пластинки. Иннервация скелетных мышц. Нейро-моторные единицы.	10		подготовка домашнего задания	6	Письменное домашнее задание
3.	Тема 3. Механизм сокращения скелетной мышцы. Утомление в двигательном аппарате и целом организме. Изменение электро-физиологических свойств скелетного мышечного волокна при адаптации к мышечным нагрузкам	10		подготовка домашнего задания	6	Письменное домашнее задание
4.	Тема 4. Особенности двигательной деятельности детей. Классификация режимов двигательной активности.	10		подготовка к контрольной работе	6	Контрольная работа

N	Раздел дисциплины	Се-мestr	Неде-ля семе-стра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудо-емкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
5.	Тема 5. Роль сердца в системе кровообращения. Основные свойства сердечной мышцы. Автоматия. Сократимость. Проводимость. Возбудимость.	10		подготовка к устному опросу	6	Устный опрос
6.	Тема 6. Ионные механизмы потенциала действия рабочих и атипических кардиомиоцитов.	10		подготовка домашнего задания	6	Письменное домашнее задание
7.	Тема 7. Электрокардиография как метод исследования основных функций сердца. Изменения на ЭКГ во время выполнения мышечной нагрузки и в результате долговременной адаптации к различным мышечным нагрузкам.	10		подготовка к устному опросу	6	Устный опрос
8.	Тема 8. Сократимость сердца. Механизмы физиологической гипертрофии миокарда.	10		подготовка домашнего задания	6	Письменное домашнее задание
9.	Тема 9. Механизмы автоматии сердца. Механизмы формирования брадикардии тренированности	10		подготовка домашнего задания	6	Письменное домашнее задание

N	Раздел дисциплины	Се-мestr	Неде-ля семе-стра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудо-емкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
10.	Тема 10. Экстрапи- и интракардиальная регуляция функций тренированного сердца	10		подготовка к контрольной работе	6	Контроль- ная работа
	Итого				62	

5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

В процессе преподавания будут использоваться компьютерные (реализуются в рамках системы 'учитель-компьютер-ученик' с помощью обучающих программ различного вида (информационных, тренинговых, контролирующих, развивающих и др.), диалоговые (связаны с созданием коммуникативной среды, расширением пространства сотрудничества на уровне 'учитель-ученик', 'ученик-ученик', 'учитель-автор', 'ученик-автор' в ходе постановки и решения учебно-познавательных задач), тренинговые (система деятельности по отработке определенных алгоритмов учебно-познавательных действий и способов решения типовых задач в ходе обучения (тесты и практические упражнения) технологии.

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Тема 1. Введение в курс дисциплины "Двигательный режим и развивающееся сердце спортсмена". Свойства мембран возбудимых клеток. Ионные каналы. Ионные насосы. Потенциал покоя, потенциал действия.

Письменное домашнее задание , примерные вопросы:

Изучение лекционного материала, конспектирование вопросов: Основные свойства мембран. Классификация ионных каналов. Ионотропные и метаботропные рецепторы. Ионные насосы, механизм их работы, примеры. Механизм формирования потенциала покоя. Ионный механизм фаз потенциала действия нервной и мышечной клетки. Устный опрос, обсуждение Подготовить ответы на вопросы, связанные с дидактическими единицами по теме "Введение в курс дисциплины "Двигательный режим и развивающееся сердце"

Тема 2. Свойства нервно-мышечного синапса. Передача сигнала с мотонейрона на мышцу. Потенциал концевой пластиинки. Миниатюрный потенциал концевой пластиинки. Иннервация скелетных мышц. Нейро-моторные единицы.

Письменное домашнее задание , примерные вопросы:

Изучение и краткое конспектирование темы: Проведение возбуждения в нервно-мышечном синапсе. Иннервация скелетных мышц. Нейромоторные единицы. Подготовить ответы на вопросы, связанные с дидактическими единицами по теме "Миниатюрный потенциал концевой пластиинки. Иннервация скелетных мышц. Нейро-моторные единицы."

Тема 3. Механизм сокращения скелетной мышцы. Утомление в двигательном аппарате и целом организме. Изменение электро-физиологических свойств скелетного мышечного волокна при адаптации к мышечным нагрузкам

Письменное домашнее задание , примерные вопросы:

Подготовка конспекта на тему: Механизм сокращения скелетной мышцы. Электро-механическое сопряжение. Классификация кальциевых каналов (дигидропиридиновые, рианодиновые и др.). Роль ионов кальция в механизме сокращения скелетного мышечного волокна. Подготовить ответы на вопросы, связанные с дидактическими единицами по теме "Изменение электро-физиологических свойств скелетного мышечного волокна при адаптации к мышечным нагрузкам "

Тема 4. Особенности двигательной деятельности детей. Классификация режимов двигательной активности.

Контрольная работа , примерные вопросы:

Вопросы к контрольной работе. 1. "Двигательный режим и развивающееся сердце" - как учебная и научная дисциплина. 2. Влияние двигательной активности на нервные и мышечные клетки. 3. Строение возбудимой мембранны клетки, ее функции. 4. Ионные каналы. Строение, принцип работы. 5. Классификация ионных каналов. 6. Ионные насосы, строение, виды, принцип работы. 7. Мембранный потенциал, факторы его формирования. Значение. 8. Потенциал действия, его фазы, ионный механизм формирования. 9. Параметры возбудимости (порог, хронаксия, лабильность). Рефрактерность. 10. Проведение возбуждения по клеточной мембране. Законы проведения возбуждения. 11. Ионотропные и метаботропные рецепторы.

Тема 5. Роль сердца в системе кровообращения. Основные свойства сердечной мышцы. Автоматия. Сократимость. Проводимость. Возбудимость.

Устный опрос , примерные вопросы:

Изучение и краткое конспектирование темы: Рабочие и атипические кардиомиоциты. Особенности. Ионные механизмы ПД рабочих и атипических кардиомиоцитов. Изменение электрофизиологических свойств кардиомиоцитов при мышечных тренировках.

Тема 6. Ионные механизмы потенциала действия рабочих и атипических кардиомиоцитов.

Письменное домашнее задание , примерные вопросы:

Изучение и краткое конспектирование темы: Рабочие и атипические кардиомиоциты. Особенности. Ионные механизмы ПД рабочих и атипических кардиомиоцитов. Изменение электрофизиологических свойств кардиомиоцитов при мышечных тренировках.

Тема 7. Электрокардиография как метод исследования основных функций сердца. Изменения на ЭКГ во время выполнения мышечной нагрузки и в результате долговременной адаптации к различным мышечным нагрузкам.

Устный опрос , примерные вопросы:

Повторить материал, изученный во время аудиторных занятий. Дополнительно изучить дидактические единицы, указанные в содержании темы "Электрокардиография как метод исследования основных функций сердца. Изменения на ЭКГ во время выполнения мышечной нагрузки и в результате долговременной адаптации к различным мышечным нагрузкам. "

Тема 8. Сократимость сердца. Механизмы физиологической гипертрофии миокарда.

Письменное домашнее задание , примерные вопросы:

Описать примеры изменения в работе кальциевых, калиевых, натриевых каналов в мемbrane скелетных мышечных волокон и кальциевых каналов и насосов на мемbrane саркоплазматического ретикулума при адаптации к физическим нагрузкам. Большой и малый круги кровообращения. Основные показатели работы сердца (ударный объем крови, частота сердечных сокращений, минутный объем крови). Привести количественные показатели изменения основных показателей работы сердца при физических нагрузках различной мощности (вплоть до предельной). Отразить влияние адаптации к физическим нагрузкам на изменение ЧСС, УОК и МОК при выполнении физических нагрузок.

Тема 9. Механизмы автоматии сердца. Механизмы формирования брадикардии тренированности

Письменное домашнее задание , примерные вопросы:

Подготовить ответы на вопросы, связанные с дидактическими единицами по теме "Механизмы автоматии сердца. Механизмы формирования брадикардии тренированности"

Тема 10. Экстра- и интракардиальная регуляция функций тренированного сердца

Контрольная работа , примерные вопросы:

опросы к контрольной работе. Свойства нервно-мышечного синапса. Передача сигнала с мотонейрона на мышцу. 1.Потенциал концевой пластинки. Миниатюрный потенциал концевой пластинки. Их роль в функционировании скелетных мышц. 2.Иннервация скелетных мышц. Нейромоторные единицы. 3.Механизм сокращения скелетной мышцы. Сократительные и регуляторные белки. 4.Утомление в двигательном аппарате и целом организме. 5.Изменение электро-физиологических свойств скелетного мышечного волокна при адаптации к мышечным нагрузкам. 6.Электро-механическое сопряжение. 7.Классификация кальциевых каналов (дигидропиридиновые, рианодиновые и др.). 8.Роль ионов кальция в механизме сокращения скелетного мышечного волокна. 9.Особенности двигательной деятельности детей. 10.Классификация режимов двигательной активности. 11.Механизмы расслабления скелетных мышечных волокон. Влияние физических тренировок.

Итоговая форма контроля

зачет (в 10 семестре)

Примерные вопросы к итоговой форме контроля

Примерные вопросы к зачету:

1. "Двигательный режим и развивающееся сердце" - как учебная и научная дисциплина.
2. Влияние двигательной активности на нервные и мышечные клетки.
3. Строение возбудимой мембраны клетки, ее функции.
4. Ионные каналы. Строение, принцип работы.
5. Классификация ионных каналов.
6. Ионные насосы, строение, виды, принцип работы.
7. Мембранный потенциал, факторы его формирования. Значение.

8. Потенциал действия, его фазы, ионный механизм формирования.
9. Параметры возбудимости (порог, хронаксия, лабильность). Рефрактерность.
10. Проведение возбуждения по клеточной мембране. Законы проведения возбуждения.
11. Ионотропные и метаботропные рецепторы.
12. Свойства нервно-мышечного синапса. Передача сигнала с мотонейрона на мышцу.
13. Потенциал концевой пластинки. Миниатюрный потенциал концевой пластинки. Их роль в функционировании скелетных мышц.
14. Иннервация скелетных мышц. Нейромоторные единицы.
15. Механизм сокращения скелетной мышцы. Сократительные и регуляторные белки.
16. Утомление в двигательном аппарате и целом организме.
17. Изменение электро-физиологических свойств скелетного мышечного волокна при адаптации к мышечным нагрузкам.
18. Электро-механическое сопряжение.
19. Классификация кальциевых каналов (дигидропиридиновые, рианодиновые и др.).
20. Роль ионов кальция в механизме сокращения скелетного мышечного волокна.
21. Особенности двигательной деятельности детей.
22. Классификация режимов двигательной активности.
23. Механизмы расслабления скелетных мышечных волокон. Влияние физических тренировок.
24. Роль сердца в системе кровообращения. Строение сердца.
25. Основные свойства сердечной мышцы. Автоматия. Сократимость. Проводимость. Возбудимость.
26. Кровоснабжение сердца.
27. Фазовая структура сердечного цикла. Клапанный аппарат сердца.
28. Ионные механизмы потенциала действия рабочих и атипических кардиомиоцитов.
29. Рабочие и атипические кардиомиоциты. Особенности.
30. Изменение электрофизиологических свойств кардиомиоцитов при мышечных тренировках.
31. Электрокардиография как метод исследования основных функций сердца.
32. Изменения на ЭКГ во время выполнения мышечной нагрузки и в результате долговременной адаптации к различным мышечным нагрузкам.
33. Диагностические возможности метода электрокардиографии. Применение ЭКГ при проведении функциональных проб. Анализ ЭКГ.
34. Сократимость сердца. Электромеханическое сопряжение. Роль ионов кальция в сокращении кардиомиоцитов.
35. Механизмы физиологической гипертрофии миокарда.
36. Механизмы автоматии сердца.
37. Механизмы формирования брадикардии тренированности. Н-каналы, их роль в формировании брадикардии.
38. Внесердечная регуляция. Нервная регуляция функций сердца. Влияние адаптации к физическим нагрузкам.
39. Гуморальная регуляция функций сердца. Влияние адаптации к физическим нагрузкам.
40. Рецепторные механизмы реализации норадренергических и холинергических влияний на функции сердца.
41. Изменение симпатических и парасимпатических влияний на сердце под влиянием различных физических нагрузок.
42. Внутрисердечные механизмы регуляции работы сердца.
43. Внутриклеточная регуляция в сердце. Межклеточная регуляция.
44. Механизмы гипертрофии кардиомиоцитов - роль ионов кальция, катехоламинов, серотонина, сердечных пептидов.
45. Возрастные особенности адаптации сердца к различным физическим нагрузкам.

46. Клеточно-молекулярные механизмы регуляции автоматии и сократимости миокарда в возрастном аспекте.

7.1. Основная литература:

Инфекционные и паразитарные заболевания у детей ISBN:978-5-16-009702-2 - Режим доступа:
<http://znanium.com/catalog/product/453918>

Ворожбитова, А.Л. Гендер в спортивной деятельности : учеб. пособие / А.Л. Ворожбитова. ? 3-е изд., стер. ? Москва : ФЛИНТА, 2019. - 215 с. - ISBN 978-5-9765-1031-9. - Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/1040124>

7.2. Дополнительная литература:

1. Валеология: Учеб. пособие / Э.М. Прохорова; Российский государственный университет туризма и сервиса (ГОУВПО 'РГУТИС'). - М.: ИНФРА-М, 2009. - 255 с.
<http://znanium.com/bookread.php?book=158955>

2. Производственная санитария и гигиена труда: Учебное пособие / Т.Г. Феоктистова, О.Г. Феоктистова, Т.В. Наумова. - М.: НИЦ Инфра-М, 2013. - 382 с.
<http://znanium.com/bookread.php?book=363112>

3. Ванюшин, Ю.С. Физиология физических упражнений и спорта : учеб. пособие для студ. фак-ов физич. культуры / Ю. С. Ванюшин ; науч. ред. Ф. Г. Ситдиков ; КГПУ. - Казань : КГПУ, 2004. - 134 с.

4. Возрастная физиология: Физиология развития ребенка : учеб. пособие для студ. вузов / М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. А. Фарбер . ? 2-е изд., стер. ? М. : Академия, 2007 . ? 416 с.

7.3. Интернет-ресурсы:

Казанский (Приволжский) федеральный университет - - <http://www.kpfu.ru>

Научная электронная библиотека - <http://elibrary.ru>

ПФК" Научные журналы Конгрессы Книги Конференции Презентации Соискателю Студенту Тренеру и Педагогу Спортсмену Научные ссылки Нормативные документы Со спортом по жизни! Логин Пароль регистрация Журнал "Теория и практика физической культуры - <http://www.teoriya.ru/journals/>

США Национальная библиотека медицины Национального института здоровья - <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>

ЭБС "КнигаФонд" - <http://www.knigafund.ru>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Спортивное сердце спортсмена" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Компьютерный класс, представляющий собой рабочее место преподавателя и не менее 15 рабочих мест студентов, включающих компьютерный стол, стул, персональный компьютер, лицензионное программное обеспечение. Каждый компьютер имеет широкополосный доступ в сеть Интернет. Все компьютеры подключены к корпоративной компьютерной сети КФУ и находятся в едином домене.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Имеется лабораторное оборудование: электронные весы, мультимедийное оборудование (компьютер, проектор, экран), велоэргометр Kettler с компьютерным управлением, аналого-цифровой преобразователь MacLab (2 шт.), реографический комплекс "Валента" (2 компл)

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" и профилю подготовки Образование в области физической культуры и безопасности жизнедеятельности .

Автор(ы):

Абзалов Р.А. _____

"__" 201__ г.

Рецензент(ы):

Абзалов Н.И. _____

"__" 201__ г.