Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Степанов Максим Сергеевич
Должность: Проректор по образовательной и научно-исследовательской деятельности
Дата подписания: 08.10.2026 10:43:25
Уникальный программный ключ:
ac103ec627087a9e59e034d124a15f779f2c5a5e

Министерство спорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра физиологии и биохимии

СОГЛАСОВАНО
Начальник учебно-методического управления
канд. биол. наук, доцент И.В. Осадченко
_____
«23» июня 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО
Проректор по образовательной и научно-исследовательской деятельности
канд. филол. наук, доцент М.С. Степанов
_____
«23» июня 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**
**«Биохимия человека»**
**Б1.О.12**

**Направление подготовки**
**49.03.01 Физическая культура**

**Профиль подготовки**
**Управление и аналитика в физической культуре и спорте**

**Квалификация выпускника**
**Бакалавр**

**Форма обучения**
**Очная/Заочная**

СОГЛАСОВАНО
И.о. декана факультета физической культуры,
канд. пед. наук, доцент
_____ О.В. Марандыкина
«17» июня 2026 г.

СОГЛАСОВАНО
Декан факультета заочной формы обучения,
канд. пед. наук, профессор
_____ В.Х Шнайдер
«17» июня 2026 г.

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры
(протокол №_10_,
«12» мая 2026г.)
Заведующий кафедрой,
канд. биол. наук, доцент
_____ И.В. Стрельникова
«12» мая 2026 г.

Малаховка 2026

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 19 сентября 2017 г., № 940 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 16 октября 2017 г., регистрационный номер № 48566).

**Составитель рабочей программы:**
Фадеева С..А., к.п.н., доцент, доцент кафедры физиологии и биохимии.

**Рецензент:**
Вощинина Н.А., к.фарм.н., доцент, доцент кафедры физиологии и биохимии.

**Ссылки на используемые в разработке РПД дисциплины профессиональные стандарты (в соответствии с ФГОС ВО 49.03.01):**

| Код ПС | Профессиональный стандарт | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ | Аббрев. исп. в РПД |
|---|---|---|---|
| **05 Физическая культура и спорт** | | | |
| 05.005 | *Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта* | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 21 апреля 2022 г. № 237н | **СИМР** |

## 1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

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

**ОПК-1:** Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

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

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

| | Соотнесенные профессиональные стандарты | Формируемые компетенции |
|---|---|---|
| ***Знания:***<br>Химический состав живых систем.<br>Неорганические и органические вещества в организме человека.<br>Биологическое значение макро-, микро- и ультрамикроэлементов.<br>Влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека.<br>Биохимические процессы, лежащие в основе его жизнедеятельности.<br>Особенности метаболизма человека в норме, при патологии, при физической нагрузке.<br>Методы химического контроля состояния людей, занимающихся физической культурой и спортом.<br>Технологии систематизации полученной информации.<br>Виды и формы работы с научной и учебной литературой. | | УК-1 |
| ***Умения:***<br>Выполнение простейших аналитических и биохимических исследований, обработка полученных результатов.<br>Интерпретация результатов биохимических анализов и оценка состояния здоровья и общей работоспособности человека. | | |
| ***Навыки и/или опыт деятельности:***<br>Использование методов химического анализа, владение методами обобщения информации по | | |

| | | |
|---|---|---|
| актуальным вопросам биохимии спорта. | | |
| ***Знания:***<br>Химический состав организма человека. Биохимические особенности обмена веществ организма в зависимости от пола, возраста и степени тренированности. Биохимические особенности процесса восстановления. Критерии выбора оптимальных методов химического анализа, показывающих биохимическую картину сдвигов после восстановительных воздействий. | ***СИМР***<br>***F/03.6***<br>*Разработка и внедрение программ физического воспитания и физического развития населения*<br><br>***F/05.6***<br>*Планирование и методическое сопровождение спортивной подготовки занимающихся* | ОПК-1 |
| ***Умения:***<br>Выявление зависимости между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности. Использование методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности занимающихся;<br>использование информации биохимических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и внесение коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений | | |
| ***Навыки и/или опыт деятельности:***<br>Владение методами комплексного анализа тренировочного процесса и дальнейшего планирования мероприятий оздоровительного характера для занимающихся разных возрастных групп, различного уровня подготовленности. | | |
| ***Знания:***<br>Биохимические методы измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности занимающихся. Объекты биохимических исследований. Систематизация закономерностей протекания биохимических процессов в организме человека. | ***СИМР***<br>***F/07.6***<br>*Проведение мониторинга физической подготовки, физического развития населения, спортивной подготовки занимающихся* | ОПК-9 |

| | | |
|---|---|---|
| Влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека. | | |
| ***Умения:*** Использование контрольно-измерительных приборов биохимического контроля. Проведение экспресс-анализа биохимических параметров биологических жидкостей. Оценивать функциональное состояние организма, определять уровень подготовленности занимающихся, отбор занимающихся и оценка перспектив их достижений. | | |
| ***Навыки и/или опыт деятельности:*** Анализ биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса. Владение приемами и методами утилизации побочных метаболитов, образующихся при мышечной деятельности различного характера. | | |

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина в структуре образовательной программы относится к обязательной части.

В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается во 2 и 3 семестре очной формы обучения. Форма промежуточной аттестации – зачет (2 семестр) и экзамен (3 семестр).

В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается в 3 семестре заочной формы обучения. Форма промежуточной аттестации – экзамен.

## 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестр | |
|---|---|---|---|
| | | 1 | 2 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | **50** | **24** | **26** |
| В том числе: | | | |
| Лекции | 12 | 6 | 6 |
| Практические занятия (ПЗ) | 8 | 4 | 4 |
| Лабораторные работы (ЛР) | 28 | 14 | 14 |
| Контроль | 18 | - | 18 |
| Консультация предэкзаменационная | 2 | - | 2 |
| **Самостоятельная работа студента** (включая подготовку к экзамену) | 76 | 48 | 28 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Промежуточная аттестация | | зачет, экзамен | зачет | экзамен |
| **Общая трудоемкость:** | **часы** | **144** | **72** | **72** |
| | **зачетные единицы** | **4** | **2** | **2** |

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

| Вид учебной работы | | Всего часов | Семестр |
|---|---|---|---|
| | | | 3 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | | **18** | **18** |
| Лекции | | 6 | 6 |
| Семинары (С) | | 2 | 2 |
| Лабораторные работы (ЛР) | | 8 | 8 |
| Контроль | | 18 | 18 |
| Консультация предэкзаменационная | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная работа студента** (включая подготовку к экзамену) | | 108 | 108 |
| Промежуточная аттестация | | экзамен | экзамен |
| **Общая трудоемкость:** | **часы** | **144** | **144** |
| | **зачетные единицы** | **4** | **4** |

## 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

| № п/п | Тема (раздел) | Содержание раздела | Всего часов |
|---|---|---|---|
| 1 | Классификация, номенклатура органических веществ. Свойства органических соединений с различными функциональными группами | Понятие об органической химии как основе строения и свойств соединений, участвующих в основных биохимических процессах. Пути поступления химических элементов в организм человека. Функциональные группы. Основные представители классов органических соединений. | 16 |
| 2 | Основные классы органических соединений, их строение и свойства. Основные нутриенты. | Строение и химические свойства углеводов. Строение и химические свойства белков. Строение и химические свойства липидов. Функции белков, липидов и углеводов в организме человека | 20 |
| 3 | Введение в химию биогенных элементов. Макро-, микро- и ультрамикроэлементы в организме человека | Классификации химических элементов, их топография в организме. Распространенность химических элементов в природе. Содержание в пищевых продуктах. Качественный анализ ионов биогенных элементов. Основные комплексные (координационные) соединения, образуемые биогенными металлами с белками, нуклеиновыми кислотами, порфиринами, углеводами. | 12 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | |
| 4 | Введение в биохимию. Общая характеристика обмена веществ. | Предмет и задачи биохимии. Значение биохимии для специалистов по физической культуре. Химический состав организма. Основные классы химических соединений. Обмен веществ и энергии между организмом и внешней средой. Переваривание и всасывание в процессе пищеварения. Биологическая роль пищеварения. Основные закономерности катаболизма и анаболизма. АТФ – строение и биологическая роль. Методы медико-биологического контроля состояния занимающихся физической культурой. | 8 |
| 5 | Ферментативный катализ | Строение ферментов. Активный и аллостерический центры ферментов. Механизм ферментативного катализа. Обязательные стадии ферментативного катализа. Специфичность ферментов. Влияние температуры, кислотности и концентрации фермента на скорость ферментативных реакций. Ингибиторы и активаторы ферментов. Регуляция скорости ферментативных реакций. Классификация и индексация ферментов. | 8 |
| 6 | Биологическое окисление | Тканевое дыхание – основной источник АТФ. Ферменты тканевого дыхания. Схема дыхательной цепи. Синтез АТФ в процессе тканевого дыхания. Образование и обезвреживание перекиси водорода. Другие типы биологического окисления (анаэробное окисление, микросомальное окисление, свободнорадикальное окисление). | 8 |
| 7 | Витамины. Гормоны | Биологическая роль и классификация витаминов. Авитаминозы, гиповитаминозы, гипервитаминозы. Наиболее часто встречающиеся причины гиповитаминозов. Краткая характеристика отдельных витаминов. Биологическая роль и строение гормонов. Общие механизмы действия гормонов. Краткая характеристика отдельных гормонов. | 8 |
| 8 | Обмен углеводов | Переваривание и всасывание углеводов в пищеварительном тракте. Синтез гликогена из глюкозы. Гликогена до глюкозы. Гексозодифосфатный путь распада углеводов. Превращение глюкозы и гликогена в пируват. Окислительное декарбоксилирование пирувата. Цикл трикарбоновых кислот. Энергетический эффект гексозодифосфатного пути распада углеводов. Анаэробный распад глюкозы и гликогена до молочной кислоты. Судьба молочной кислоты. Общая | 16 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | характеристика и биологическая роль гексозомонофосфатного пути распада глюкозы. Глюконеогенез. Регуляция углеводного обмена. | |
| 9 | Обмен белков и нуклеиновых кислот | Переваривание и всасывание белков в пищеварительном тракте. Протеолиз тканевых белков. Синтез белка – основные этапы, роль нуклеиновых кислот. Общие пути метаболизма аминокислот – декарбоксилирование, дезаминирование и трансаминирование. Косвенное дезаминирование аминокислот. Временное и окончательное обезвреживание аммиака.<br>Переваривание и всасывание нуклеиновых кислот в пищеварительном тракте. Распад нуклеиновых кислот в тканях организма. Судьба азотистых оснований. Синтез пуриновых и пиримидиновых нуклеотидов. Синтез РНК и ДНК. | 12 |
| 10 | Обмен жиров | Переваривание и всасывание жиров в пищеварительном тракте, роль желчных кислот. Мобилизация жира из жировых депо. Роль печени в жировом обмене. Активация жирных кислот, β-окисление жирных кислот. Энергетический эффект окисления жиров. Судьба ацетил-кофермента в организме. Образование и использование кетоновых тел. Синтез жирных кислот и жира. | 12 |
| 11 | Водно-минеральный обмен | Биологическая роль воды. Строение воды. Электролитическая диссоциация воды, водородный показатель. Поступление и выведение воды из организма. Регуляция водного баланса организма. Формы существования минеральных веществ в организме. Биологическая роль минеральных веществ. Поступление и выведение минеральных веществ. Регуляция минерального обмена. Нарушения баланса воды и электролитов при мышечной работе. | 8 |
| 12 | Биохимия биологических жидкостей. | Биологические функции крови Химический состав плазмы крови. Строение и химический состав эритроцитов. Участие эритроцитов в транспорте кислорода и углекислого газа. Лейкоциты и их участие в обеспечении иммунитета. Свертывание крови. Кислотно-щелочной баланс крови.<br>Особенности метаболизма почек. Строение нефрона и этапы образования мочи. Физико-химические свойства мочи. Химический состав мочи. Патологические компоненты мочи.<br>Методы измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности | 6 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | занимающихся. | |
| 13 | Взаимосвязь и регуляция процессов обмена веществ | Взаимосвязь процессов обмена углеводов, жиров, белков. Внутриклеточная регуляция процессов обмена веществ. Нервная и гуморальная регуляция обмена веществ.<br>Здоровый образ жизни, соблюдение личной гигиены, профилактика и контроль состояния своего организма. Методы проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности. | 8 |
| | | | 142 ч |
| | Предэкзаменационная консультация | | 2ч |
| | | | 144ч |

## 5. РАЗДЕЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ и ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Виды учебной работы | | | | Всего часов |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Л | ПЗ | ЛЗ | СРС | |
| 1. | Классификация, номенклатура органических веществ. Свойства органических соединений с различными функциональными группами | 2 | - | 4 | 10 | 16 |
| 2. | Основные классы органических соединений, их строение и свойства. Основные нутриенты. | 1 | 2 | 6 | 11 | 20 |
| 3. | Введение в химию биогенных элементов. Макро-, микро- и ультрамикроэлементы в организме человека | 1 | - | 4 | 7 | 12 |
| 4. | Введение в биохимию. Общая характеристика обмена веществ. | 2 | - | - | 6 | 8 |
| 5. | Ферментативный катализ | 1 | 1 | 2 | 4 | 8 |
| 6. | Биологическое окисление | 1 | 1 | 2 | 4 | 8 |
| 7. | Витамины. Гормоны | - | - | 2 | 6 | 8 |
| 8. | Обмен углеводов | 2 | 2 | 2 | 10 | 16 |
| 9. | Обмен белков и нуклеиновых кислот | 1 | 2 | 2 | 7 | 12 |
| 10. | Обмен жиров | 1 | - | 2 | 9 | 12 |
| 11. | Водно-минеральный обмен | - | - | 1 | 7 | 8 |
| 12. | Биохимия биологических жидкостей | - | - | 1 | 5 | 6 |
| 13. | Взаимосвязь и регуляция процессов обмена веществ | - | - | - | 8 | 8 |
| | | 12 | 8 | 28 | 94 | 142 |
| | Предэкзаменационная консультация | | | | | 2 |
| | **Всего:** | | | | | **144** |

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Виды учебной работы | | | | Всего часов |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Л | С | ЛЗ | СРС | |
| 1. | Классификация, номенклатура органических веществ. Свойства органических соединений с различными функциональными группами | - | 2 | 2 | 12 | 16 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2. | Основные классы органических соединений, их строение и свойства. Основные нутриенты. | 1 | - | - | 19 | 20 |
| 3. | Введение в химию биогенных элементов. Макро-, микро- и ультрамикроэлементы в организме человека | - | - | - | 12 | 12 |
| 4. | Введение в биохимию. Общая характеристика обмена веществ. | 1 | - | - | 7 | 8 |
| 5. | Ферментативный катализ | 1 | - | 1 | 6 | 8 |
| 6. | Биологическое окисление | - | - | 1 | 7 | 8 |
| 7. | Витамины. Гормоны | - | - | - | 8 | 8 |
| 8. | Обмен углеводов | 1 | - | 2 | 13 | 16 |
| 9. | Обмен белков и нуклеиновых кислот | 1 | - | 1 | 10 | 12 |
| 10. | Обмен жиров | 1 | - | 1 | 10 | 12 |
| 11. | Водно-минеральный обмен | - | - | - | 8 | 8 |
| 12. | Биохимия биологических жидкостей | - | - | - | 6 | 6 |
| 13. | Взаимосвязь и регуляция процессов обмена веществ | - | - | - | 8 | 8 |
| | | 6 | 2 | 8 | 126 | 142 |
| | Предэкзаменационная консультация | | | | | 2 |
| | **Всего:** | | | | | **144** |

## 6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины

### 6.1. Основная литература.

| № пп | Наименование издания | Кол-во экземпляров | |
|---|---|---|---|
| | | библиотека | кафедра |
| 1. | Фадеева, С. А. Биохимия человека. Статическая биохимия: учебное пособие / С. А. Фадеева, С.В. Сипин; МГАФК. - Малаховка, 2025. - Библиогр.: с. 149. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 16.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 10 | 4 |
| 2. | Вощинина, Н. А. Химический анализ: учебное пособие / Н. А. Вощинина; МГАФК. - Малаховка, 2018. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 25.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 3. | Коваленко, Л. В. Биохимические основы химии биологически активных веществ: учебное пособие / Л. В. Коваленко. — 5-е изд. — Москва: Лаборатория знаний, 2020. — 230 с. — ISBN 978-5-00101-860-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/4608.html (дата обращения: 25.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. | 1 | - |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | Пользователей | | |
| 4. | Барковский, Е. В. Основы химии биогенных элементов: учебное пособие / Е. В. Барковский, С. В. Ткачев. — Минск: Вышэйшая школа, 2011. — 192 с. — ISBN 978-985-06-1995-2. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/21747.html (дата обращения: 25.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 5. | Биологическая химия: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / под ред. Н. И. Ковалевской. - Москва: Академия, 2005. - 254 с.: ил. - (Высшее профессиональное образование). - Библиогр.: с. 253. - ISBN 5-7695-2186-4 : 180.80. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 397 | - |
| 6. | Удалов, Ю. Ф. Практикум по общей биохимии и биохимии мышечной деятельности: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Ю. Ф. Удалов, Л. П. Михеева; МГАФК. - Малаховка, 2007. - 78 с. - 87.32. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 33 | 10 |
| 7. | Удалов, Ю. Ф. Практикум по общей биохимии и биохимии мышечной деятельности: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Ю. Ф. Удалов, Л. П. Михеева; МГАФК. - Малаховка, 2007. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 11.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 8. | Удалов Ю. Ф. Биохимия мышечной деятельности: учебное пособие / Ю. Ф. Удалов, Л. П. Михеева; МГАФК. - Малаховка, 2006. - 233 с.: ил. - Библиогр.: с. 228-229. - 85.56. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 244 | 10 |
| 9. | Удалов Ю. Ф. Биохимия мышечной деятельности: учебное пособие / Ю. Ф. Удалов, Л. П. Михеева; МГАФК. - Малаховка, 2006. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 16.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 10. | Аверьянова, Е. К. Методические рекомендации к практическим занятиям по биохимии для студентов II курса дневного обучения / Е. К. Аверьянова, Т. В. Живова; СПбГАФК. - Санкт-Петербург, 2003. - 33 с. - Библиогр.: с. 33. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 11.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 11. | Методические рекомендации по биохимии для студентов 1 и 2 курсов заочного отделения: учебно-методическое пособие / СПбГАФК. - Санкт-Петербург, | 1 | - |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | 2003. - 48 с. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 11.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | | |
| 12. | Методические рекомендации по биохимии для студентов 2 курса дневного обучения / СПбГУФК. - Санкт-Петербург, 2008. - 34 с. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 11.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 13. | Михайлов, С. С. Основы биохимии: учебное пособие / С. С. Михайлов; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2001. - Библиогр.: с. 237. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 11.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 14. | Михайлов, С. С. Биохимия человека: учебное пособие / С. С. Михайло; НГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2014. - табл. - Библиогр.: с. 109. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 11.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 15. | Удалов Ю. Ф. Общая биохимия: учебное пособие / Ю. Ф. Удалов, Л. П. Михеева; МГАФК. - Малаховка, 2003. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 11.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |

**6.2. Дополнительная литература.**

| № п/п | Наименование издания | Кол-во экземпляров | |
|---|---|---|---|
| | | библиотека | кафедра |
| 1. | Биологическая химия: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ю. Б. Филиппович; под ред. Н. И. Ковалевской. - М.: Академия, 2009. - 254 с. | 25 | - |
| 2. | Ершов Ю.А.Общая биохимия и спорт : учебник .- 2010, - М. : Изд-во МГУ.- 367 с. | 10 | - |
| 3. | Биологическая неорганическая химия: структура и реакционная способность: в 2т. Ч.1./ И. Бертини и др. – М.: Бином, 2016 – 456 с. | 3 | - |
| 4. | Биологическая неорганическая химия: структура и реакционная способность: в 2т. Ч.2./ И. Бертини и др. – М.: Бином, 2016 – 623 с. | 3 | - |
| 5. | Удалов Ю. Ф. Биохимия мышечной деятельности: учебное пособие / Ю. Ф. Удалов, Л. П. Михеева; МГАФК. - Малаховка, 2005. - 233 с. | 139 | - |
| 6. | Удалов Ю. Ф. Биохимия мышечной деятельности: учебное пособие / Ю. Ф. Удалов, Л. П. Михеева; | 1 | - |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | МГАФК. - Малаховка, 2005. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 16.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | | |
| 7. | Романчук, Л. А. Биохимические аспекты адаптации к физическим нагрузкам: учебное пособие / Л. А. Романчук, Э. А. Фактор, В. И. Журавков; СПбГАФК. - Санкт-Петербург, 1996. - 31 с. - ISBN 5-7065-0349-4. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 11.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 8. | Биохимия мышц: методическое пособие для практических занятий студентов базового и заочного факультетов / ГДОИФК. - Санкт-Петербург, 1990. - 24 с. - Библиогр.: с. 1. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 11.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 9. | Живова, Т. В. Возрастная биохимия: учебно-методическое пособие / Т. В. Живова, Т. Г. Невзорова; НГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2013. - Библиогр.: с. 57-58. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 11.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 10. | Серединцева, Н. В. Биохимия. Рабочая тетрадь: учебное пособие / Н. В. Серединцева, В. А. Лиходеева, С. С. Мирошникова; ВГАФК. - Волгоград, 2011. - табл. - Библиогр.: с. 176. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 11.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 11. | Биохимия человека: рабочая тетрадь: учебно-методическое пособие / В. А. Лиходеева, Н. В. Серединцева, С. С. Мирошникова, Н. А. Моторина; ВГАФК. - Волгоград, 2014. - Библиогр.: с. 134-135. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 11.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |

## 7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ». ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫЕ И ПОИСКОВЫЕ СИСТЕМЫ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ:

1. Антиплагиат: российская система обнаружения текстовых заимствований https://antiplagiat.ru/
2. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации https://minobrnauki.gov.ru/
3. Министерство спорта Российской Федерации http://www.minsport.gov.ru/

4. Московская государственная академия физической культуры https://mgafk.ru/
5. Образовательная платформа МГАФК (SAKAI) https://edu.mgafk.ru/portal
6. Сервис организации видеоконференцсвязи, вебинаров, онлайн-конференций, интерактивные доски МГАФК https://vks.mgafk.ru/
7. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки https://obrnadzor.gov.ru/
8. Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru
9. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) http://lib.mgafk.ru
10. Электронно-библиотечная система Elibrary https://elibrary.ru
11. Электронно-библиотечная система IPRbooks http://www.iprbookshop.ru
12. Электронно-библиотечная система РУКОНТ https://lib.rucont.ru

## 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 8.1. Специализированные аудитории и оборудование

1. Лекционный зал с мультимедийным оборудованием
2. Аудитория для лабораторных работ 412
3. Аудитория для лабораторных работ 414
4. Аналитические весы
5. Технические весы
6. Фотоэлектроколориметр
7. Спектрофотометр
8. pH-метр
9. Сушильный шкаф
10. Электрическая плитка
11. Водяная баня-термостат
12. Дистиллятор
13. Муфельная печь
14. Наборы химических реактивов и посуды
15. Биохимические тест-полоски
16. Таблицы
17. Титровальные установки

### 8.2. Программное обеспечение:

В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL Libre Office.

Для контроля знаний обучающихся используется «Программный комплекс для автоматизации процессов контроля текущей успеваемости методом тестирования и для дистанционных технологий в обучении» разработанной ЗАО «РАМЭК-ВС»

**8.3 Изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья** осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся. Для данной категории обучающихся обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения Академии. Созданы следующие специальные условия:

*8.3.1. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:*

- обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;

- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);

- портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором

речи;

- принтер Брайля;
- портативное устройство для чтения и увеличения.

*8.3.2. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:*

- акустическая система Front Row to Go в комплекте (системы свободного звукового поля);
- «ElBrailleW14J G2;
- FM- приёмник ARC с индукционной петлей;
- FM-передатчик AMIGO T31;
- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

*8.3.3. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:*

- автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением ОДА и ДЦП (ауд. №№ 120, 122).

*Приложение к рабочей программе дисциплины*
*«Биохимия человека»*

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра физиологии и биохимии

**Фонд оценочных средств**

по дисциплине
**БИОХИМИЯ ЧЕЛОВЕКА**

**Направление подготовки**
49.03.01 Физическая культура

**Профиль подготовки**
Управление и аналитика в физической культуре и спорте

**Форма обучения**
Очная/Заочная

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры
(протокол № 10 от «12» мая 2026 г.)
Зав. кафедрой, канд.биол.наук, доц.
_____ И.В. Стрельникова
«12» мая 2026 г.

Малаховка 2026

## ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

| Компетенция | Трудовые функции (при наличии) | Индикаторы достижения |
|---|---|---|
| **УК-1**<br>Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач. | | ***Знает:***<br>Химический состав живых систем. Неорганические и органические вещества в организме человека. Биологическое значение макро-, микро- и ультрамикроэлементов. Влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека. Биохимические процессы, лежащие в основе его жизнедеятельности. Особенности метаболизма человека в норме, при патологии, при физической нагрузке.<br>Технологии систематизации полученной информации.<br>Виды и формы работы с научной и учебной литературой.<br>***Умеет:***<br>Выполнять простейшие аналитические и биохимические исследования, обрабатывать полученные результаты. Интерпретация результатов биохимических анализов и оценка состояния здоровья и общей работоспособности человека.<br>***Имеет опыт:***<br>Использования методов химического анализа, владеет методами обобщения информации по актуальным вопросам биохимии спорта. |
| **ОПК-1**<br>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и | ***СИМР***<br>***F/03.6***<br>*Разработка и внедрение программ физического воспитания и физического развития населения*<br><br>***F/05.6***<br>*Планирование и методическое сопровождение спортивной подготовки занимающихся* | ***Знает:***<br>***Химический состав организма человека.***<br>Биохимические особенности обмена веществ организма в зависимости от пола, возраста и степени тренированности. Биохимические особенности процесса восстановления. Критерии выбора оптимальных методов химического анализа, показывающих биохимическую картину сдвигов после восстановительных воздействий.<br>***Умеет:***<br>Выявлять зависимости между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности.<br>Использовать методы измерения и оценки физического развития, функциональной |

| | | |
|---|---|---|
| возраста | | подготовленности занимающихся; использовать информацию биохимических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и внесение коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений<br>***Имеет опыт:***<br>Владения методами комплексного анализа тренировочного процесса и дальнейшего планирования мероприятий оздоровительного характера для занимающихся разных возрастных групп, различного уровня подготовленности. |
| **ОПК-9**<br>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся | ***СИМР***<br>***F/07.6***<br>*Проведение мониторинга физической подготовки, физического развития населения, спортивной подготовки занимающихся* | ***Знает:***<br>Биохимические методы измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности занимающихся. Объекты биохимических исследований.<br>Систематизация закономерностей протекания биохимических процессов в организме человека. Влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека.<br>***Умеет:***<br>Использовать контрольно-измерительные приборы биохимического контроля.<br>Проводить экспресс-анализ биохимических параметров биологических жидкостей.<br>Оценивать функциональное состояние организма, определять уровень подготовленности занимающихся, отбор занимающихся и оценка перспектив их достижений.<br>***Имеет опыт:***<br>Анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса.<br>Владения приемами и методами утилизации побочных метаболитов, образующихся при мышечной деятельности различного характера. |

## 1.Типовые контрольные задания:

### *1.1. Перечень вопросов для промежуточной аттестации.*

**Вопросы к зачету**
**по Биохимии человека**

1. Основные положения теории строения органических соединений А.М. Бутлерова.
2. Классификация органических соединений. Кислородсодержащие и азотсодержащие органические соединения, соединения со смешанными функциями. Гетероциклические органические соединения.
3. Углеводы, строение, классификация, нахождение в природе. Биологическая роль
4. Моносахариды, их классификация. Важнейшие представители, их строение, свойства, биологическая роль.
5. Дисахариды: сахароза, мальтоза, лактоза. Их строение. Гидролиз дисахаридов в живом организме.
6. Полисахариды, основные представители. Содержание их в живом организме. Биологическая роль полисахаридов.
7. Липиды, их классификация, биологическая роль. Особенности строения спиртов и карбоновых кислот, входящих в состав липидов.
8. Нейтральные жиры (триацилглицериды), их состав и свойства.
9. Фосфолипиды (фосфатиды), их состав, классификация. Гидролиз фосфатидов.
10. Стерины и стериды. Холестерин, его строение. Биологически активные вещества, образующие из него в организме.
11. Белки – высокомолекулярные полимеры аминокислот. Элементный состав и свойства.
12. Аминокислоты – составная часть белка, их классификация. Заменимые и незаменимые аминокислоты.
13. Полноценные и неполноценные белки.
14. Амфотерность аминокислот и белков. Буферные свойства белков.
15. Структуры белков. Типы связей, участвующих в образовании белковых структур.
16. Классификация белков, простые и сложные белки.
17. Протеины, их классификация, свойства.
18. Сложные белки, их классификация. Основные представители, их биологическая роль.
19. Пути поступления химических элементов в организм человека.
20. Органогены. Классификации химических элементов.
21. Топография в организме.
22. Функции микроэлементов и ультрамикроэлементов в организме.
23. Функции макроэлементов в организме.
24. Возрастные изменения содержания биогенных элементов в органах и тканях человека.
25. Патологические явления, связанные с гипо и гипер- содержанием биоэлементов.
26. Явления «синергизма» и «антогонизма» в химии биогенных элементов.
27. Общая характеристика s – элементов 1А группы. Качественные реакции обнаружения
28. Щелочные металлы, биологическая роль. Физиологический раствор, биологическое значение.
29. Общая характеристика s – биогенных элементов 11А группы. Качественные реакции обнаружения
30. Щелочно-земельные металлы, биологическая роль, токсичность.
31. Общая характеристика p – элементов, биологическая роль. Качественные реакции обнаружения
32. Общая характеристика d – биогенных элементов биологическая роль. Качественные реакции обнаружения

**Вопросы к экзамену**
**по Биохимии человека**

**Объемные требования**

1. Предмет и задачи биохимии. Значение биохимии для специалистов по физической культуре.
2. Химический состав организма.
3. Обмен веществ и энергии между организмом и внешней средой. Основные закономерности и взаимосвязь катаболизма и анаболизма.
4. АТФ – строение и биологическая роль.
5. Ферментативный катализ. Строение ферментов. Активный и аллостерический центры ферментов.
6. Механизм ферментативного катализа. Обязательные стадии ферментативного катализа. Специфичность ферментов. Классификация и индексация ферментов.
7. Влияние температуры, кислотности и концентрации фермента на скорость ферментативных реакций. Ингибиторы и активаторы ферментов. Регуляция скорости ферментативных реакций.
8. Биологическое окисление. Тканевое дыхание – основной источник АТФ. Ферменты тканевого дыхания. Схема дыхательной цепи. Синтез АТФ в процессе тканевого дыхания.
9. Другие типы биологического окисления (анаэробное окисление, микросомальное окисление, свободнорадикальное окисление). Образование и обезвреживание перекиси водорода.
10. Витамины. Биологическая роль и классификация витаминов. Авитаминозы, гиповитаминозы, гипервитаминозы. Наиболее часто встречающиеся причины гиповитаминозов. Краткая характеристика отдельных витаминов.
11. Гормоны. Биологическая роль и строение гормонов. Общие механизмы действия гормонов. Краткая характеристика отдельных гормонов.
12. Обмен углеводов. Переваривание и всасывание углеводов в пищеварительном тракте.
13. Синтез гликогена из глюкозы, биологическая роль.
14. Распад гликогена до глюкозы (гликогенолиз).
15. Гликолиз: условия протекания, основные метаболиты и катализирующие ферменты. Окислительное декарбоксилирование пирувата. Энергетический эффект гликолиза.
16. Цикл трикарбоновых кислот: особенности протекания, основные метаболиты, энергетический эффект цикла. Энергетический эффект гексозодифосфатного пути распада углеводов.
17. Утилизация молочной кислоты в организме. Цикл Кори.
18. Общая характеристика и биологическая роль гексозомонофосфатного пути распада глюкозы.
19. Глюконеогенез.
20. Обмен жиров Переваривание и всасывание жиров в пищеварительном тракте, роль желчных кислот. Мобилизация жира из жировых депо. Роль печени в жировом обмене. Активация жирных кислот
21. β-окисление жирных кислот. Энергетический эффект окисления жиров. Судьба ацетил-кофермента в организме. Образование и использование кетоновых тел.
22. Желчные кислоты и их соли. Роль желчных кислот в обмене жиров.
23. Синтез жирных кислот и жира.
24. Обмен белков. Переваривание и всасывание белков в пищеварительном тракте. Протеолиз тканевых белков.
25. Синтез белка – основные этапы, роль нуклеиновых кислот.

26. Общие пути метаболизма аминокислот – декарбоксилирование, дезаминирование и трансаминирование. Косвенное дезаминирование аминокислот.
27. Конечные продукты обмена белков. Временное и окончательное обезвреживание аммиака в процессе обмена белков.
28. Катаболизм нуклеиновых кислот Переваривание и всасывание нуклеиновых кислот в пищеварительном тракте. Распад нуклеиновых кислот в тканях организма. Судьба азотистых оснований.
29. Синтез пуриновых и пиримидиновых нуклеотидов. Синтез РНК и ДНК.
30. Водно-минеральный обмен. Биологическая роль воды. Строение воды. Электролитическая диссоциация воды, водородный показатель. Поступление и выведение воды из организма. Регуляция водного баланса организма.
31. Формы существования минеральных веществ в организме. Биологическая роль минеральных веществ. Поступление и выведение минеральных веществ. Регуляция минерального обмена. Нарушения баланса воды и электролитов при мышечной работе.
32. Биохимия крови. Биологические функции крови Химический состав плазмы крови. Строение и химический состав эритроцитов. Участие эритроцитов в транспорте кислорода и углекислого газа. Лейкоциты и их участие в обеспечении иммунитета. Свертывание крови. Кислотно- щелочной баланс крови.
33. Особенности метаболизма почек. Строение нефрона и этапы образования мочи. Физико-химические свойства мочи. Химический состав мочи. Патологические компоненты мочи.
34. Взаимосвязь и регуляция процессов обмена веществ.
35. Взаимосвязь процессов обмена углеводов, жиров, белков.
36. Внутриклеточная регуляция процессов обмена веществ. Нервная и гуморальная регуляция обмена веществ.

**ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»**

Кафедра физиологии и биохимии

**Экзаменационный билет № 1**

1. Предмет и задачи биохимии. Значение биохимии для специалистов по физической культуре.
2. Химический состав организма.
3. Обмен жиров. Переваривание и всасывание жиров в пищеварительном тракте, роль желчных кислот. Мобилизация жира из жировых депо. Роль печени в жировом обмене. Активация жирных кислот

Заведующий кафедрой к.б.н. Стрельникова И.В./ _____

Московская государственная академия физической культуры

Кафедра физиологии и биохимии

**Экзаменационный билет № 2**

1. Обмен веществ и энергии между организмом и внешней средой. Основные закономерности и взаимосвязь катаболизма и анаболизма.
2. АТФ – строение и биологическая роль.
3. Гликолиз: условия протекания, основные метаболиты и катализирующие ферменты. Окислительное декарбоксилирование пирувата. Энергетический эффект гликолиза.

Заведующий кафедрой к.б.н. Стрельникова И.В./ _____

Московская государственная академия физической культуры
Кафедра физиологии и биохимии

**Экзаменационный билет № 3**

1 Общая характеристика и биологическая роль гексозомонофосфатного пути распада глюкозы.
2. Ферментативный катализ. Строение ферментов. Активный и аллостерический центры ферментов.
3. Водно-минеральный обмен. Биологическая роль воды. Строение воды. Электролитическая диссоциация воды, водородный показатель. Поступление и выведение воды из организма. Регуляция водного баланса организма.

Заведующий кафедрой к.б.н. Стрельникова И.В./ _____

## *1.2. Тестовые задания*

**Раздел 7. Витамины. Гормоны.**

**Вариант 1**

**1. Потребность витаминов организмом в сутки измеряется в:**
а) миллиграммах и микрограммах;
б) килограммах;
в) литрах;
г) молекулах;
д) дюймах.

**2. Характерная картина цинги развивается при недостатке витамина:**
а) А; б) С; в) В; г) D; д) РР.

**3. В состав кофермента НАД входит витамин:**
а) А; б) $B_1$; в) $B_2$; г) РР; д) $B_{12}$.

**4. Витамин $B_{12}$ содержит катион:**
а) калия; б) кобальта; в) магния; г) цинка; д) меди.

**5. Витамин $B_1$ имеет название:**
а) никотинамид; б) ретинол; в) пиридоксин; г) тиамин.

**6. Витамин РР входит в состав кофермента:**
а) КоА; б) НАД; в) НАДФ; г) ФАД; д) ФМН.

**7. Биологическая роль витамина Е сводится к:**
а) участию в сумеречном зрении;
б) поддерживанию постоянства концентрации кальция в крови;
в) индуцированию кальций связывающих белков;
г) прерыванию перекисного окисления липидов.

**8. Витамин никотинамид входит в состав кофермента:**
а) КоА; б) НАД; в) ФАД; г) ФМН.

**9. Авитоминоз – это:**
а) патологическое состояние, развивающееся из гиповитаминозов;
б) отсутствие любых витаминов в организме;
в) передозировка витаминов;
г) стадия утилизации витаминов из организма;
д) конечная стадия расщепления витамина D.

**10. Средняя суточная потребность в витамине $B_1$ для взрослого человека:**
а) 200-250 мкг; б) 2-3 мг; в) 3-5 мг; г) 5-10 мг; д) 15-25 мг; е) 100 мкг.

**11. Нарушения в организме, вызванные накоплением витамина, называют:**
а) гипервитаминозом; б) гиповитаминозом; в) авитаминозом.
**12. Нарушение кроветворения в костном мозге вызывает дефицит витамина:**
а) $B_1$; б) $B_6$; в) $B_{12}$; г) $B_{15}$.
**13. Близкие по химическому строению соединения, обладающие одинаковыми биологическими свойствами, называют:**
а) витаминами; б) изомерами; в) гомологами; г) витамерами.
**14. Анемия развивается при дефиците в организме витамина:**
а) А; б) $B_{12}$; в) $B_1$; г) PP; д) Е.
**15. В процессе кроветворения принимает участие витамин:**
а) $B_1$; б) $B_2$; в) $B_6$; г) $B_9$; д) $B_{12}$.

**Раздел 8. Обмен углеводов.**

**Вариант 1.**

**1. Моносахарид:**
а) мальтоза; б) фруктоза; в) лактоза; г) сахароза; д) гепарин.
**2. Полисахарид:**
а) глицерин; б) крахмал; в) глюкоза; г) рибоза; д) сахароза.
**3. Мономер гликогена**:
а) рибоза; б) глюкоза; в) сахароза; г) фруктоза; д) галактоза.
**4. Продуктом гидролиза крахмала является:**
а) глюкоза; б) рибоза; в) сахароза; г) фруктоза; д) амилоза.
**5. Найдите соответствие:**

| **Дисахарид** | **Мономеры** |
|---|---|
| 1. сахароза | а) глюкоза; |
| 2. мальтоза | б) фруктоза; |
| 3. лактоза | в) галактоза; |
| | г) рибоза. |

**6. Глюкоза – это:**
а) моносахарид; б) олигосахарид; в) дисахарид; г) полисахарид; д) глюкопротеид.
**7. Фруктоза – это:**
а) моносахарид; б) дисахарид; в) олигосахарид; г) полисахарид; д) глюкопротеид.
**8. В состав сахарозы входят:**
а) две молекулы глюкозы; б) две молекулы фруктозы; в) глюкоза и фруктоза; г) галактоза и глюкоза; д) галактоза и фруктоза.
**9. Функциональные группы глюкозы:**
а) альдегидная и гидроксильная; б) карбоксильная и аминная;
в) карбоксильная и альдегидная; г) карбоксильная и гидроксильная;
д) альдегидная и кетонная.
**10. Конечным продуктом анаэробного распада глюкозы является:**
а) щавелево-уксусной кислоты; б) пировиноградной кислоты; в) молочной кислоты;
г) α–кетоглутаровой кислоты; д) фосфоенолпируват.
**11. Число молекул АТФ образующихся при гликолизе в аэробных условиях составляет:**
а) 2; б) 6; в) 12; г) 38.
**12. Норма концентрации глюкозы в крови составляет:**
а) 1-2 ммоль/л; б) 4-6 ммоль/л; в) 9-10 ммоль/л; г) 0,5-1 ммоль/л; 5) 10-12 ммоль/л.

**13. Присутствие глюкозы в моче называется:**
а) гематурия; б) глюкозурия; в) кетонурия; г) протеинурия; д) гипергликемия.
**14. Глюкоза резервируется в печени в форме:**
а) крахмала; б) сахарозы; в) лактозы; г) целлюлозы; д) гликогена.
**15. Распад гликогена в мышцах и печени начинается с реакции:**
а) гидролиза; б) окисления; в) тиолиза; г) фосфоролиза.
**16. При аэробном распаде глюкозы ацетил-КоА образуется из:**
а) фосфоглицеринового альдегида; б) пировиноградной кислоты; в) молочной кислоты;
г) щавелевоуксусной кислоты; д) фосфоенолпирувата.
**17. Молочная кислота является конечным продуктом анаэробногопревращения:**
а) аденина; б) аминокислот; в) глюкозы; г) нуклеотидов.

**Раздел 9. Обмен белков и нуклеиновых кислот.**

**Вариант 1.**

**1. Найдите соответствие**:

| | |
|---|---|
| 1. простые белки | а) протеины; |
| 2. сложные белки | б) протеиды; |
| | в) триглицериды; |
| | г) нуклеотиды. |

**2. При денатурации у белков в первую очередь изменяется структура:**
а) первичная; б) вторичная; в) третичная; г) четвертичная.
**3. По количеству и характеру функциональных групп аминокислота аланин является:**
а) моноаминокарбоновой кислотой;
б) диаминокарбоновой кислотой;
в) моноаминодикарбоновой кислотой.
**4. Укажите незаменимую диаминомонокарбоновую кислоту:**
а) лизин; б) пролин; в) валин; г) лейцин; д) треонин.
**5. Внутриклеточный протеолиз протекает в:**
а) лизосомах; б) рибосомах; в) митохондриях; г) ядре; д) цитоплазме.
**6. Превращение пепсиногена в пепсин происходит под действием кислоты:**
а) серной; б) соляной; в) угольной; г) фосфорной.
**7. Формулу $H_2N—CH_2—COOH$ имеет аминокислота:**
а) аланин; б) глицин; в) глутамин; г) цистеин; д) лизин.
**8. Второй этап синтеза белка – рекогниция – осуществляется с участием:**
а) ДНК; б) иРНК; в) рРНК; г) тРНК.
**9. Основным превращением аминокислот в организме является реакция:**
а) дезаминирования; б) декарбоксилирования;
в) изомеризации; г) трансаминирования.
**10. Конечным продуктом распада аминокислот является кислота:**
а) лимонная; б) молочная; в) мочевина; г) мочевая; д) яблочная.
**11. В белках аминокислотные остатки связаны между собой:**
а) сложноэфирными связями; б) водородными связями;
в) пептидными связями; г) ангидридными связями.
**12. Продукт реакции декарбоксилирования аминокислот:**
а) молочная кислота; б) аммиак; в) углекислый газ; г) вода; д) кетоновые тела.
**13. В образовании дисульфидной связи участвуют аминокислоты:**
а) аланин; б) глицин; в) глутамин; г) цистеин.
**14. В кислой среде молекулы белков:**

а) имеют отрицательный заряд; б) имеют положительный заряд; в) электронейтральны.

**15. При денатурации белков не изменяется структура:**

а) первичная; б) вторичная; в) третичная; г) четвертичная.

**Раздел 10. Обмен жиров.**

**Вариант 1**

**1. Нейтральные жиры – это:**

а) триглицериды; б) липоиды; в) фосфолипиды; г) стероиды.

**2. Растворимым продуктом гидролиза жиров является:**

а) стеариновая кислота; б) пальмитиновая кислота;
в) олеиновая кислота; г) глицерин.

**3. В реакцию гидрирования вступают:**

а) этанол; б) глицерин; в) твёрдый жир; г) жидкий жир.

**4. В переваривании и всасывании жиров принимают участие:**

а) кетокислоты; б) жирные кислоты; в) желчные кислоты; г) аминокислоты.

**5. β–окисление жирных кислот протекает в:**

а) лизосомах; б) митохондриях; в) рибосомах; г) цитоплазме.

**6. Гликофосфолипиды являются обязательной составной частью:**

а) мультиэнзимных комплексов;
б) синтетаз высших жирных кислот;
в) рибосом;
г) биологических мембран.

**7. Мобилизацию жира из жировых депо (липолиз) усиливают:**

а) адреналин; б) серотонин; в) тироксин; г) тиротропин; д) тимозин.

**8. Продуктами гидролиза стеарина являются:**

а) глицерин и стеариновая кислота;
б) этиленгликоль и вода;
в) стеарин и углекислый газ;
г) углекислый газ и вода;
д) олеиновая кислота и глицерин.

**9. Процесс синтеза высших жирных кислот локализован:**

а) во внешней мембране митохондрий;
б) во внутренней мембране митохондрий;
в) в мембранах эндоплазматического ретикулума;
г) в клеточной мембране.

**10. Промежуточными продуктами окисления жирных кислот являются:**

а) глицерин; б) кетоновые тела; в) пируват; г) углекислый газ; д) фосфодиоксиацетон.

**11. Жиры перевариваются под действием фермента:**

а) амилазы; б) трипсина; в) липазы; г) пептидазы; д) мальтазы.

**12. Орган человека, участвующий в переваривании жиров:**

а) бронхиальное дерево; б) надпочечники; в) печень; г) почки; д) вилочковая железа.

**13. Витамины входят в состав:**

а) гормонов; б) коферментов; в) кетоновых. тел; г) полисахаридов.

**14. Продуктами гидролиза тристеарина являются:**

а) этиленгликоль и вода;
б) углекислый газ и вода;
в) глицерин и стеариновая кислота;

г) стерин и углекислый газ.

**15. Эмульгирование жиров в пищеварительном тракте происходит при действии солей:**

а) соляной кислоты; б) желчных кислот; в) фосфорной кислоты; г) аминокислот.

**Критерии оценки тестов в рамках практических занятий:**

- оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если было дано более 80% правильных ответов;
- оценка «хорошо» - если было дано 66-80% правильных ответов;
- оценка «удовлетворительно» - если было дано 50-65% правильных ответов;
- оценка «неудовлетворительно» - если было дано менее 50% правильных ответов.

## *1.3. Лабораторные работы.*

**Раздел 1. Классификация, номенклатура органических веществ. Свойства органических соединений с различными функциональными группами**

Лабораторная работа
СВОЙСТВА ОРГАНИЧЕСКИХ СОЕДИНЕНИЙ С РАЗЛИЧНЫМИ ФУНКЦИОНАЛЬНЫМИ ГРУППАМИ

**Цель работы:** Изучить качественные реакции соединений с различными функциональными группами.

ОПЫТ №1 ОБРАЗОВАНИЕ АЛКОГОЛЯТОВ МНОГОАТОМНЫХ СПИРТОВ.

Ход работы: Налейте в пробирку 2 мл раствора глицерина (трехатомный спирт), добавьте 1 мл 5% раствора гидроксида натрия и прилейте по каплям 2% раствор сульфата меди. В ходе реакции вначале образуется нерастворимый осадок гидроксида меди, который быстро вступает в реакцию с многоатомным спиртом с образованием хорошо растворимого алкоголята меди ярко синего цвета.

ОПЫТ №2 ОКИСЛЕНИЕ АЛЬДЕГИДА СЛАБЫМ ОКИСЛИТЕЛЕМ .

Ход работы: налейте в пробирку 1 мл 5% раствора формальдегида, прибавьте 1 мл 5% раствора гидроксида натрия и по каплям добавляйте 2% раствор сульфата меди до образования не исчезающей при встряхивании голубоватой мути гидроксида меди. Нагрейте смесь до кипения на водяной бане и продолжайте нагревать до появления оранжевой окраски реакционной смеси вследствие восстановления двухвалентных голубых ионов меди в оранжевые одновалентные окисляющимся формальдегидом.

ОПЫТ №3 ОКИСЛЕНИЕ ОКСИКИСЛОТЫ.

Ход работы: налейте в пробирку 1 мл 1% раствора марганцевокислого калия, добавьте 5-6 капель 10% раствора молочной кислоты, встряхните содержимое пробирки. Наблюдайте обесцвечивание раствора вследствие восстановления семивалентных ионов марганца в двухвалентные. Повторите опыт, заменив молочную кислоту уксусной. Объясните, почему уксусная кислота не вызывает обесцвечивание раствора.

ОПЫТ №4 ОБРАЗОВАНИЕ СОЛИ АМИДА.

Ход работы: налейте в пробирку 1 мл 5% раствора мочевины, 1 мл насыщенного раствора щавелевой кислоты и тщательно перемешайте содержимое пробирки. Наблюдайте выпадение осадка щавелевокислой мочевины.

ОПЫТ №5 ГИДРОЛИЗ АМИДА

Ход работы: налейте в пробирку 1 мл раствора мочевины, прибавьте 2 мл насыщенного раствора гидроксида бария. Отверстие пробирки накройте смоченной водой индикаторной бумагой. Содержимой пробирки нагрейте до кипения на водяной бане. Наблюдайте посинение индикаторной бумаги и выпадение осадка углекислого бария. Объясните происходящие изменения.

ПРИМЕЧАНИЕ : по результатам проведенных опытов напишите уравнения следующих реакций:

1. Образования алкоголята трехатомного спирта глицерина.
2. Окисление формальдегида гидроксидом меди.
3. Окисления молочной кислоты атомарным кислородом.
4. Образования щавелевокислой мочевины (учитывая, что с щавелевой кислотой реагирует одна аминная группа мочевины).
5. Гидролиза мочевины.

## Раздел 2. Основные классы органических соединений, их строение и свойства. Основные нутриенты.

Лабораторная работа

### СВОЙСТВА УГЛЕВОДОВ

**Цель работы:** изучить качественные реакции на углеводы.

При гидролизе полисахаридов (крахмал, клетчатка) в растворе образуются продукты неполного гидролиза (декстрина, мальтоза), которые с йодом дают различное окрашивание (от фиолетового до желтого). При полном гидролизе углеводов в растворе обнаруживается только глюкоза.

При гидролизе дисахаридов образуются молекулы моносахаридов. При гидролизе сахарозы образуются глюкоза и фруктоза, мальтоза - две молекулы глюкозы, лактозы – глюкоза и галактоза.

1. Реакция на крахмал.

Ход работы:

Наиболее специфичная реакция на крахмал – появление синего окрашивания при добавлении йода.

В пробирку вносят 1 мл исследуемого раствора крахмала и добавляют 2 капли раствора Люголя, содержащего йод. При наличии крахмала раствор окрашивается в синий цвет.

Напишите схему ферментативного гидролиза крахмала с указанием ферментов слюны, кишечного сока и поджелудочной железы.

2. Качественная реакция на глюкозу (реакция Фелинга).

Ход работы:

В пробирку вносят 2 мл гидролизата крахмала и добавляют 1 мл реактива Фелинга. Пробирку помещают в кипящую водяную баню на 1 минуту.

Выпадает осадок закиси меди красного цвета.

Запишите уравнения протекающих реакций. Сделайте выводы о наличии

конкретных функциональных групп в составе углеводов

Лабораторная работа

## СВОЙСТВА ЛИПИДОВ

**Цель работы:** Изучить растворимость и свойства жиров.

Опыт №1 Растворение жиров.

**Ход опыта**: В две пробирки вносят по 1 мл растительного масла и добавляют в первую пробирку 3-5 капель этилового спирта, во вторую - 3-5 капель раствора хлороформа. Пробирки встряхивают и наблюдают растворение жира во второй пробирке. Объяснить, почему в первой пробирке не произошло растворение жира.

Опыт №2 Эмульгирование жиров.

Жиры с водой образуют нестойкую эмульсию, которая при стоянии быстро расслаивается. Расслоение не произойдет, если к эмульсии добавить эмульгаторы, которые снижают поверхностное натяжение и тем самым препятствуют слиянию раздробленных частиц жира. Эмульгаторами являются белки, мыла, соли угольной кислоты, растворы щелочей. В желудочно-кишечном тракте эту функцию выполняют желчные кислоты, их соли и бикарбонаты.

**Ход опыта**: В пять пробирок последовательно вносят по 0.5 мл растительного масла, добавляют по 1 мл дистиллированной воды и по десять капель соответственно в каждую пробирку, начиная с первой - раствора белка, раствора гидроксида натрия, раствора карбоната натрия, желчи и воды. Пробирки встряхивают и наблюдают образование стойких эмульсий во всех пробирках, где происходит расслоение на воду и жир.

Опыт №3 Акролеиновая проба.

С помощью этой реакции обнаруживают глицерин в нейтральном жире. При нагревании глицерин теряет молекулу воды и превращается в непредельный альдегид с резким, специфическим запахом - акролеин. Липиды, не имеющие в своем составе глицерин, не дают акролеиновой пробы.

**Ход опыта**: В сухую пробирку вносят 0.5 мл растительного масла и на кончике шпателя несколько кристаллов гидросульфата калия. Нагревают до появления белых паров акролеина.

Запишите наблюдения и выводы на основании каждого опыта.

Лабораторная работа

## ЦВЕТНЫЕ РЕАКЦИИ БЕЛКОВ

**Цель работы:** изучить качественные реакции на белки.

**Опыт 1. Биуретовая реакция.**

Принцип метода:

При добавлении к раствору белка щелочного раствора сернокислой меди образуется фиолетовое окрашивание. Этой реакцией открывают наличие в белке пептидной связи. Реакция положительна при наличии не менее двух пептидных связей в молекуле, т.е. с ее помощью можно определить наличие в растворе белка, трипептида или полипептида.

Ход работы:

В одну пробирку вносят 10 капель раствора № 1, в другую такое же количество раствора № 2, в каждую из них добавляют по 5 капель 10% едкого натра и по 2 капли 1% раствора сернокислой меди. Содержимое пробирок перемешивают, при наличии в растворе белков, полипептидов или трипептидов наблюдается фиолетовое окрашивание.

**Опыт 2. Реакция Фоля на аминокислоты, содержащие серу (цистин, цистеин).**

Принцип метода:

При кипячении белка с едким натром от цистеина легко отщепляется сера в виде сернистого натрия, который с уксуснокислым свинцом образует сернистый свинец черного цвета, он нерастворим в воде и выпадает в осадок темного цвета. Интенсивность окраски зависит от количества серы (содержание цистина или цистеина в растворе или исследуемом белке).

Ход работы:

В виде пробирки берут по 10 капель 5% раствора уксуснокислого свинца. В каждую из них добавляют 10% раствор едкого натра. От первых порций образуется осадок, щелочь продолжают добавлять до его полного растворения. В одну пробирку вносят 10 капель раствора 1, а во вторую – раствора 2, помещают в кипящую водяную баню на 2-3 мин. При наличии серы (цистина или цистеина) появляется осадок в зависимости от ее количества черного или бурого цвета

**Опыт 3. Ксантопротеиновая реакция.**

Принцип метода:

Большинство белков при нагревании с концентрированной азотной кислотой дает желтое окрашивание. Реакция обусловлена нитрованием бензольного кольца аминокислот с образованием нитросоединений желтого цвета. Ксантопротеиновая реакция открывает наличие в белке циклических аминокислот (например, фениланина), содержащих бензольное кольцо.

Ход опыта:

В одну пробирку вносят 10 капель раствора 1, в другую раствора 2, в каждую добавляют по 5 капель концентрированной азотной кислоты и помещают в кипящую водяную баню на 1 минуту. При наличии циклических аминокислот появляется желтое окрашивание.

**Опыт 4. Нингидриновая реакция.**

Принцип метода:

Белки, полипептиды дают с нингидрином синее, а свободные аминокислоты фиолетовое окрашивание. Эта реакция характерна для аминокислот. При нагревании происходит распад аминокислот на углекислый газ и аммиак, соответствующий аминокислоте альдегид и восстановленный нингидрин, который затем конденсируется со своей окисленной формой и аммиаком с образованием окрашенного продукта.

Ход опыта:

Берут две пробирки, в одну из которых вносят 5 капель исследуемого раствора 1, в другую – раствора 2, в каждую пробирку добавляют по 5 капель 0,5% раствора нингидрина и помещают в кипящую водяную баню на одну минуту, за это время или через 2-3 мин развивается синее или сине-фиолетовое окрашивание.

**Раздел 3. Введение в химию биогенных элементов.**
**Макро-, микро- и ультрамикроэлементы в организме человека.**

**Лабораторная работа. Качественные реакции катионов биогенных s -элементов**
Защита отчета по лабораторной работе.
**Лабораторная работа. Анализ смеси катионов биогенных s -элементов.**
Защита отчета по лабораторной работе.
**Лабораторная работа. Качественные реакции катионов биогенных p-элементов.**
Защита отчета по лабораторной работе.
**Лабораторная работа. Анализ смеси катионов биогенных p-элементов.**
Защита отчета по лабораторной работе.
**Лабораторная работа. Качественные реакции катионов биогенных d-элементов**.

Защита отчета по лабораторной работе

**<u>Лабораторная работа.</u> Анализ смеси катионов биогенных d - элементов.**

Защита отчета по лабораторной работе

**ФОРМА ОТЧЕТА ПО ЛАБОРАТОРНЫМ РАБОТАМ РАЗДЕЛА 2:**

| **Реагент** | **Уравнение реакции обнаружения иона** | **Условия проведения реакции** | **Эффект реакции** | **Свойства продуктов реакции** | **Мешающие ионы** | **Примечания** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |
| **Обнаруживаемый ион ….. (или группа ионов)** | | | | | | |
| | | | | | | |

**Раздел 5. Ферментативный катализ**

Лабораторная работа

ОБЩИЕ СВОЙСТВА ФЕРМЕНТОВ

**Цель**: изучить вопросы организации ферментов, механизм их действия, влияние pH и температуры среды на активность ферментов; изучить методы определения активности ферментов, влияние активаторов и ингибиторов на их активность, определить экспериментально активность α-амилазы слюны.

1. Гидролиз крахмала α-амилазой слюны

Рот ополаскивают 2-3 раза водой для удаления остатков пищи. Отмеряют 50 мл дистиллированной воды и ополаскивают ею рот в течение 3-5 мин в несколько приемов. Полученную жидкость собирают в химический стакан.

Готовят 2 водяные бани с температурой 37-40 и 100 °С. В пробирки наливают растворы в соответствии с таблицей. Помещают пронумерованные пробирки в бани. По ходу эксперимента (10–15 мин) проводят пробы с раствором Люголя, для чего через каждые 2 минуты наносят на стеклянную пластинку стеклянной палочкой каплю раствора Люголя, а затем чистой палочкой - каплю раствора из пробирки. Отмечают окрашивание, возникшее при смешивании двух капель. Результаты опыта и заключения о протекании гидролиза (полный, частичный, не протекает) заносят таблицу:

Схема гидролиза крахмала α-амилазой слюны:

$(C_6H_{10}O_5)n$ крахмал

↓

$(C_6H_{10}O_5)m$ амилодекстрины

↓

$(C_6H_{10}O_5)k$ эритродекстрины

↓

$(C_6H_{10}O_5)l$ ахродекстрины

↓

$(C_6H_{10}O_5)x$ мальтодекстрины

↓

$C_{12}H_{22}O_{11}$ мальтоза

В выводах сравните активность неорганического катализатора и фермента; сделайте заключение о влиянии pH и температуры на активность амилазы.

2. Действие активаторов и ингибиторов на α-амилазу слюны.

В первую пробирку наливают 1 мл 1% раствора хлорида натрия, во вторую - 1 мл

1% раствора сульфата меди, в третью - 1 мл дистиллированной воды. Во все пробирки добавляют по 2 мл 0,5% раствора крахмала и по 2 капли разведенной водой слюны (1:5). Содержимое пробирок перемешивают встряхиванием, помещают в водяной термостат с температурой 37 °С. Через интервалы в 1 минуту из пробирок отбирают пробы в чистые пробирки (0,3-0,5 мл) и проводят с ними реакцию с раствором Люголя. Результаты (цвет раствора) записывают в таблицу. Гидролиз проводят в течение 5 минут. Делают вывод о действии (активатор, ингибитор) исследованных добавок.

| NaCl | CuSO4 | H2O |
|---|---|---|
| | | |

**Раздел 8. Обмен углеводов.**

Лабораторная работа
ОБМЕН УГЛЕВОДОВ

**Цель:** изучить гидролиз сложных углеводов и определить их мономеры с помощью качественных реакций.

ОПЫТ №1. Гидролиз сложных углеводов

При гидролизе полисахаридов (крахмал, гликоген, клетчатка) в растворе можно обнаружить промежуточные продукты гидролиза (декстрины, мальтозу), которые с йодом дают различные окрашивания (от фиолетового до желтого). При полном гидролизе этих гомополисахаридов в растворе обнаружится только глюкоза.

Дисахариды при гидролизе образуют 2 молекулы моносахаридов. При гидролизе сахарозы образуется глюкоза и фруктоза, мальтозы-глюкоза, лактозы-глюкоза и галактоза. Опыт проводится в 2 этапа: гидролиз сложных углеводов и качественные реакции на продукты гидролиза.

До проведения гидролиза проводят качественные реакции на крахмал (раствор крахмала) и на глюкозу и фруктозу (раствор сахарозы). Описание качественных реакций приведено ниже.

ПРОВЕДЕНИЕ ГИДРОЛИЗА: Берут 2 пробирки, в одну наливают 2 мл раствора крахмала, в другую 2 мл раствора сахарозы. В обе пробирки добавляют по 0,5 мл 20% раствора соляной кислоты. Помещают в кипящую водяную баню на 5 минут для ускорения гидролиза. Вынимают, охлаждают, помещая в сосуд с холодной водой. Добавляют 1 мл 20% раствора едкого натра для нейтрализации избытка кислоты.

ПРОВЕДЕНИЕ КАЧЕСТВЕННЫХ РЕАКЦИЙ:

С растворами после гидролиза проводят повторно реакции Фелинга, Селиванова и пробу с йодом.

1. Качественная реакция на крахмал. Наиболее специфическая реакция на крахмал – появление синего окрашивания при добавлении йода.

В пробирку берут 1 мл исследуемого раствора и добавляют 2 капли раствора, содержащего йод (раствор Люголя). При наличии крахмала раствор окрашивается в синий цвет.

2. Качественная реакция на глюкозу (реакция Фелинга).

В пробирку берут 1 мл исследуемого раствора, добавляют по 0,5 мл раствора Фелинга №1 и №2 и нагревают в кипящей водяной бане в течении 1 минуты. При наличии глюкозы в растворе выпадает осадок закиси меди красного цвета.

3. Качественная реакция на фруктозу (реакция Селиванова).

В пробирку вносят 1 мл реактива Селиванова (раствор резорцина в соляной кислоте),

прибавляют 3 капли исследуемого раствора, помещают на 3 минуты в кипящую водяную баню. При наличии фруктозы раствор окрашивается в вишнево-красный цвет.

По результатам опытов напишите уравнения:

- гидролиза крахмала
- гидролиза сахарозы
- взаимодействия глюкозы с реактивом Фелинга
- взаимодействия фруктозы с реактивом Селиванова.

**Раздел 9. Обмен белков и нуклеиновых кислот**

Лабораторная работа
ОБМЕН БЕЛКОВ

**Цель:** изучить свойства некоторых конечных продуктов обмена белков.

Опыт №1. Гидролиз мочевины.

Налейте в пробирку 1 мл 20% раствора мочевины, добавьте 2 мл насыщенного раствора гидроксида бария. Отверстие пробирки закройте красной лакмусовой бумажкой, смоченной водой.

Нагрейте содержимое пробирки до кипения на водяной бане. Наблюдайте посинение лакмусовой бумажки и образование осадка углекислого бария.

**Напишите уравнение происходящих реакций:**

Опыт №2. Получение солей мочевины.

В пробирку налейте 1 мл 20% раствора мочевины и осторожно добавьте равный объем концентрированной азотной кислоты. На границе слоев двух жидкостей сразу образуется белое кольцо кристалликов. При взбалтывании и охлаждении выделяется обильный кристаллический осадок азотнокислой мочевины.

**Результат опыта и уравнение реакции запишите:**

Опыт №3. Качественная реакция на креатинин.

В пробирку налейте 1 мл 10% раствора креатинина, добавьте 1 мл 30% раствора гидроксида натрия и 5 капель насыщенного раствора пикриновой кислоты. Наблюдайте появление оранжево-красного окрашивания.

Опыт №4. Свойства солей аммония.

В пробирку налейте 2 мл 20% раствора хлористого аммония, добавьте 4 капли известкового молока (взвесь гидроксида кальция в воде) и слегка подогрейте на водяной бане, укрепив у верхнего края пробирки смоченную водой красную лакмусовую бумажку. Через некоторое время она синеет.

Запишите наблюдениия опыта и уравнение реакции между хлористым аммонием и гидроксидом кальция.

**Раздел 10. Обмен жиров.**

Лабораторная работа
ОБМЕН ЛИПИДОВ

**Цель:** изучить свойства продуктов гидролиза жиров.

Опыт №1. Гидролиз жира (реакция омыления).

В широкую пробирку налейте 20 капель подсолнечного масла и 2-3 мл спиртового раствора гидрата окиси калия. Пробирку поместите в кипящую водяную баню на 15-20 минут, до образования однородного раствора. После окончания реакции к гидролизату

добавьте 5-6 мл воды.
**Напишите уравнение реакции гидролиза пальмитоолеостеарина.**

Опыт №2. Обнаружение в гидролизате гицерина.

В пробирку налейте 2 мл гидролизата, добавьте равный объем 10% раствора гидроксида натрия и несколько капель 5% раствора сернокислой меди, встряхните. Наблюдайте появление характерного для глицерата меди ярко-синего окрашивания раствора.

**Напишите уравнение реакции образования глицерата меди.**

Опыт №3. Обнаружение в глицерате жирных кислот.

В пробирку налейте 2 мл гидролизата, прибавьте 5-6 капель 5% раствора хлористого кальция и наблюдайте образование осадка кальциевого мыла.

**Напишите уравнение реакции образования кальциевого мыла.**

**Критерии оценки лабораторных работ:**

- оценка «зачтено» выставляется обучающемуся, если студент отвечает на вопросы по ходу практической работы, находит логические взаимосвязи между показателями, самостоятельно делает выводы, способен внести коррекции.
- оценка «не зачтено» - если протокол/графики выполнены неаккуратно или выполнены не полностью, если студент не ориентируется в физиологических показателях, делает существенные ошибки при ответе на вопросы по ходу практической работы.

## 2. Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций

***Зачет по биохимии человека***

Критерии оценки:

- оценка «зачтено» выставляется обучающемуся, если он активно участвовал в собеседовании на лабораторных и практических занятиях, выполнил все лабораторные работы, оформил и представил протоколы лабораторного практикума, а также выполнил весь объем самостоятельной индивидуальной работы и успешно защитил реферат.
- оценка «не зачтено» выставляется обучающемуся, если он, пропустил более 50% занятий, а также не участвовал в собеседовании на лабораторных и практических занятиях, не оформил и не представил протоколы лабораторного практикума, не выполнил нужный объем самостоятельной индивидуальной работы, не представил и не защитил реферат.

***Экзамен по биохимии человека.***

Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется студенту, если студент обладает глубокими и прочными знаниями программного материала; при ответе продемонстрировал исчерпывающие, последовательные и логически стройные изложения; правильно сформулировал понятия и закономерности по вопросу; использовал примеры из дополнительной литературы и практики; сделал вывод по излагаемому материалу;
- оценка «хорошо» - если студент обладает достаточно полным знанием программного материала; его ответ представляет грамотное изложение учебного материала по существу; отсутствует существенные неточности в формулировании понятий; правильно применены теоретические положения, подтвержденные примерами; сделан вывод;

- оценка «удовлетворительно» - если студент имеет общие знание основного материала без усвоения некоторых существенных положений; формулирует основные понятия некоторой неточностью; затрудняется в приведении примеров, подтверждающих теоретические положения;
- оценка «неудовлетворительно» - если студент не знает значительную часть программного материала; допустил существенные ошибки в процессе изложения; не умеет выделить главное и сделать вывод; приводит ошибочные определения.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «БИОХИМИЯ ЧЕЛОВЕКА» ДЛЯ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ 49.03.01 – ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

| **Формируемые компетенции** | **Соотнесенные профессиональные стандарты (обобщенная функция)** | **Трудовые функции (трудовые действия)** | **Знания/Умения /Опыт** | **Индикаторы достижения** |
|---|---|---|---|---|
| УК - 1 | | | **Знания:**<br>Химический состав живых систем. Неорганические и органические вещества в организме человека. Биологическое значение макро-, микро- и ультрамикроэлементов. Влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека. Биохимические процессы, лежащие в основе его жизнедеятельности. Особенности метаболизма человека в норме, при патологии, при физической нагрузке.<br>Методы химического контроля состояния людей, занимающихся физической культурой и спортом.<br>Технологии систематизации полученной информации.<br>Виды и формы работы с научной и учебной литературой.<br>**Умения:** | ***Знает:***<br>Химический состав живых систем. Неорганические и органические вещества в организме человека.<br>Биологическое значение макро-, микро- и ультрамикроэлементов.<br>Влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека.<br>Биохимические процессы, лежащие в основе его жизнедеятельности.<br>Особенности метаболизма человека в норме, при патологии, при физической нагрузке.<br>Технологии систематизации полученной информации.<br>Виды и формы работы с научной и учебной литературой.<br>***Умеет:***<br>Выполнять простейшие |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | Выполнение простейших аналитических и биохимических исследований, обработка полученных результатов.<br>Интерпретация результатов биохимических анализов и оценка состояния здоровья и общей работоспособности человека.<br>**Навыки и/или опыт деятельности:**<br>Использование методов химического анализа, владение методами обобщения информации по актуальным вопросам биохимии спорта. | аналитические и биохимические исследования, обрабатывать полученные результаты.<br>Интерпретация результатов биохимических анализов и оценка состояния здоровья и общей работоспособности человека.<br>***Имеет опыт:***<br>Использования методов химического анализа, владеет методами обобщения информации по актуальным вопросам биохимии спорта. |
| ОПК - 1 | **СИМР 05.005** | ***СИМР F/03.6***<br>Разработка и внедрение программ физического воспитания и физического развития населения<br><br>***F/05.6***<br>Планирование и методическое сопровождение спортивной подготовки занимающихся | ***Знания:***<br>Химический состав организма человека. Биохимические особенности обмена веществ организма в зависимости от пола, возраста и степени тренированности.<br>Биохимические особенности процесса восстановления.<br>Критерии выбора оптимальных методов химического анализа, показывающих биохимическую картину сдвигов после восстановительных воздействий.<br>***Умения:*** | ***Знает:***<br>Химический состав организма человека. Биохимические особенности обмена веществ организма в зависимости от пола, возраста и степени тренированности.<br>Биохимические особенности процесса восстановления.<br>Критерии выбора оптимальных методов химического анализа, показывающих биохимическую картину сдвигов после восстановительных воздействий. |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | Выявление зависимости между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности.<br>Использование методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности занимающихся;<br>использование информации биохимических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и внесение коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений<br>***Навыки и/или опыт деятельности:***<br>Владение методами комплексного анализа тренировочного процесса и дальнейшего планирования мероприятий оздоровительного характера для занимающихся разных возрастных групп, различного уровня подготовленности. | ***Умеет:***<br>Выявлять зависимости между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности.<br>Использовать методы измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности занимающихся;<br>использовать информацию биохимических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и внесение коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений<br>***Имеет опыт:***<br>Использования методов комплексного анализа тренировочного процесса и дальнейшего планирования мероприятий оздоровительного характера для занимающихся разных возрастных групп, различного уровня подготовленности. |
| ОПК - 9 | **СИМР 05.005** | ***СИМР F/07.6*** | ***Знания:***<br>Биохимические методы | ***Знает:***<br>Биохимические методы |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | *Проведение мониторинга физической подготовки, физического развития населения, спортивной подготовки занимающихся* | измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности занимающихся. Объекты биохимических исследований. Систематизация закономерностей протекания биохимических процессов в организме человека. Влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека.<br>***Умения:***<br>Использование контрольно-измерительных приборов биохимического контроля. Проведение экспресс-анализа биохимических параметров биологических жидкостей. Оценивать функциональное состояние организма, определять уровень подготовленности занимающихся, отбор занимающихся и оценка перспектив их достижений.<br>***Навыки и/или опыт деятельности:***<br>Анализ биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса. Владение приемами и методами | измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности занимающихся. Объекты биохимических исследований. Закономерности протекания биохимических процессов в организме человека. Влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека.<br>***Умеет:***<br>Использовать контрольно-измерительные приборы биохимического контроля. Проводить экспресс-анализ биохимических параметров биологических жидкостей. Оценивать функциональное состояние организма, определять уровень подготовленности занимающихся, осуществлять отбор занимающихся и оценивать перспективы их достижений.<br>***Имеет опыт:***<br>Анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса. |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | утилизации побочных метаболитов, образующихся при мышечной деятельности различного характера. | Обеспечения ускоренной утилизации побочных метаболитов, образующихся при мышечной деятельности различного характера. |