Практическое занятие №9

***Тема: «Обмен веществ и энергии. Витамины. Терморегуляция».***

Источник информации:

Учебники

1. И.В.Гайворонский - стр.267-285
2. М.Р.Сапин - стр.179-182
3. Е.А.Воробьева – стр.203-221
4. Таблицы учебного кабинета
5. Конспект лекции
6. «Физиология» С.А.Георгиев – стр.207-256

**Цель:** Повторить и закрепить теоретический материал по текущей теме занятия.

**Задача:**

- Уметь расшифровать понятия (что это такое?) обмен веществ и энергии. Терморегуляция.

- Знать виды и функцию витаминов, в каком продукте содержатся.

- Знать регуляцию процессов теплопродукции терморегуляции.

- Знать роль белков, жиров, углеводов, минеральных солей, витаминов, воды в процессах метаболизма.

**В плане занятия:**

**I**  **Индивидуальная самостоятельная работа и работа внутри минигруппы(при необходимости с преподавателем**)

1. Разбор неясных вопросов домашнего задания.
2. Устно ответить на вопросы:

- Дать определения: Что такое метаболизм? Что такое анаболизм? Что такое катаболизм?

- Опишите сущность пластического обмена?

- Опишите сущность энергетического обмена

- Что такое АТФ? Роль в процессах метаболизма.

- Какие виды обмена веществ вы знаете? Какое их назначение для организма?

- Что такое тканевое дыхание?

- Что такое основной обмен?

- Что такое рабочая прибавка?

- Что такое терморегуляция? Ее виды. Как осуществляется регуляция температуры тела человека?

- Каких животных вы знаете, в зависимости от способности регулировать температуру тела? Приведите примеры.

- Что такое витамины?

- Назовите жирорастворимые витамины и их значение для организма человека.

- Назовите водорастворимые витамины и их значение для организма человека.

- Что такое голодание? Его виды.

- Что такое закаливание? Правила и принципы тренировки.

1. Выполните задания письменно в тетради.

***Задание 1***

Напишите в тетрадь формулу определения белкового баланса для его подсчета.

***Задание 2***

Ответить на вопросы теста по теме «Пищеварение. Обмен веществ, витаминов, терморегуляция.

**II.** **Сдать контрольную работу, показать тетрадь. Ответить устно на вопросы преподавателя.**

**III. Домашняя работа**

Подготовиться к практическому занятию №10 по теме: « Выделительная система».

Учебники

1. И.В.Гайворонский – стр. 249-267
2. М.Р.Сапин –стр. 212-224
3. Е.А.Воробьева –стр. 221-229
4. Атлас (2007г) Р.П.Самусев –стр.274-286
5. Конспект лекции
6. «Физиология» С.А. Георгиева –стр.256-275

**IV**. **Внеаудиторная работа:**

А4. Тема: «Выделительная система» - смотри стенд и оформляй на листе ф.А4