

УДК 577. 1 (075)  
ББК 28.707.2  
К 93

**Рецензенты:**

*кандидат биологических наук, доцент, зав. кафедрой теории и методики  
адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО СибГУФК И. Г. Таламова;  
кандидат биологических наук, доцент кафедры естественно-научных дисциплин  
ФГБОУ ВО СибГУФК О. В. Кайгородцева*

К 93 **Курс лекций по биохимии человека:** учебное пособие / Т. А. Линдт, Л. Г. Баймакова. – Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, – 1 CD-ROM. – Системные требования: процессор с тактовой частотой 1,3 ГГц и выше; Microsoft Windows® XP и выше; ОЗУ не менее 512 Мб; Acrobat Reader 5.0 и выше. – Загл. с титул. экрана. – Текст : электронный. ISBN 978591930239-1

Пособие содержит материал лекций по дисциплине «Биохимия человека». Подробно изложены разделы статической и динамической биохимии, в которых рассматриваются химический состав организма, обмен веществ и энергии, обмен углеводов, липидов, белков.

Учебное пособие предназначено для студентов, обучающихся по направлению 49.03.03 «Спорт».

УДК 577. 1 (075)  
ББК 28.707.2

Рекомендовано к изданию  
редакционно-издательским советом ФГБОУ ВО СибГУФК

ISBN 978591930239-1

© ФГБОУ ВО СибГУФК, 2023  
© Линдт Т. А., Баймакова Л. Г., 2023

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
Лекция 1. Химический состав организма человека .....	6
Лекция 2. Биоорганические соединения .....	41
Лекция 3. Биокатализ.....	71
Лекция 4. Гормоны.....	97
Лекция 5. Общая характеристика обмена веществ и энергии .....	109
Лекция 6. Обмен углеводов.....	122
Лекция 7. Обмен липидов.....	135
Лекция 8. Обмен белков .....	147
Лекция 9. Обмен воды и минеральных солей .....	160
Лекция 10. Основы рационального питания .....	180
Рекомендованная и использованная литература.....	195
Глоссарий.....	197