

Самостоятельная работа по физиологии 4 курс (Заочное отделение)

<p><b>Тема 1.9</b> <b>Обмен веществ и энергии</b></p>	<p><b>Вопросы текущего контроля</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общая характеристика обмена веществ. Биохимические основы питания.</li> <li>2. Обмен углеводов. Обмен жиров.</li> <li>3. Обмен белков. Азотистое равновесие.</li> <li>4. Водно-минеральный обмен. Витамины.</li> <li>5. Обмен энергией. Теплообмен.</li> </ol>
<p><b>Раздел 2 Физиология физической культуры и спорта</b></p>	
<p><b>Тема 2.1</b> <b>Физиология нервно-мышечного аппарата</b></p>	<p><b>Вопросы текущего контроля</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Структура и функция скелетной мышцы.</li> <li>2. Механизмы сокращения и расслабления мышечного волокна.</li> <li>3. Энергетика мышечного сокращения.</li> <li>4. Формы и типы мышечного сокращения.</li> <li>5. Сила и работа мышц.</li> </ol>
<p><b>Тема 2.5</b> <b>Формирование двигательных навыков.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общая характеристика умений и двигательных навыков.</li> <li>2. Стадии формирования двигательных навыков.</li> <li>3. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков.</li> <li>4. Понятие о функциональных системах.</li> </ol>
<p><b>Раздел 3. Физиологические основы оздоровительной тренировки</b></p>	
<p><b>Тема 3.1</b> <b>Роль физической культуры в условиях современной жизни.</b></p>	<p><b>Вопросы текущего контроля</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Влияние образа жизни и условий внешней среды на здоровье и работоспособность современного человека.</li> <li>2. Роль физической культуры в условиях современной жизни.</li> <li>3. Понятие о гиподинамии и гипокинезии, их влияние на организм.</li> <li>4. Оптимизация двигательной активности человека. Эффекты оздоровительной физической культуры.</li> </ol>
<p><b>Раздел 4 Возрастная физиология</b></p>	
<p><b>Тема 4.1</b> <b>Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека.</b></p>	<p><b>Вопросы текущего контроля</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Периодизация и гетерохронность развития. Сенситивные периоды. Акселерация.</li> <li>2. Физиологические, биохимические особенности организма детей дошкольного и младшего школьного возраста.</li> <li>3. Физиологические, биохимические особенности организма детей среднего и старшего школьного возраста.</li> <li>4. Физиологические, биохимические особенности организма людей зрелого и пожилого возраста.</li> <li>5. Особенности организма женщин. Изменение работоспособности в ОМЦ.</li> </ol>

