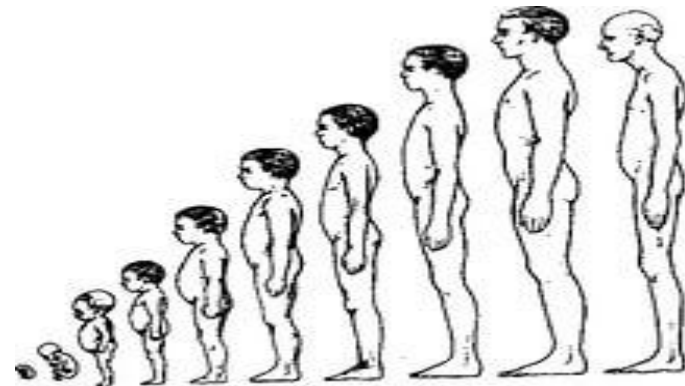




Семинар 29
учебная неделя 1 июня – 5 июня

ВОЗРАСТНАЯ ФИЗИОЛОГИЯ.

Физиологические особенности функционирования систем организма человека в различные возрастные периоды



Автор: канд.биол.наук, доцент Салова Ю.П



План занятия: Будьте внимательны!!!!

1. Ознакомится с материалом лекции 20 и кратким конспектом теории в инструкции.
2. Подготовить презентацию «**Физиологические особенности возрастного периода**» (возрастной период по вариантам. Требования смотри ниже).
3. **Выполнить лабораторную работы 47** (по представленным данным для каждого варианта).
4. Подведение итогов занятия. Оформление результатов по текущей теме в печатном виде: Презентация + Лабораторная работа 47

прочитайте

Краткий конспект теоретического материала

Онтогенез - процесс индивидуального развития организма, начинающийся от момента его возникновения в виде оплодотворенной яйцеклетки и до смерти.

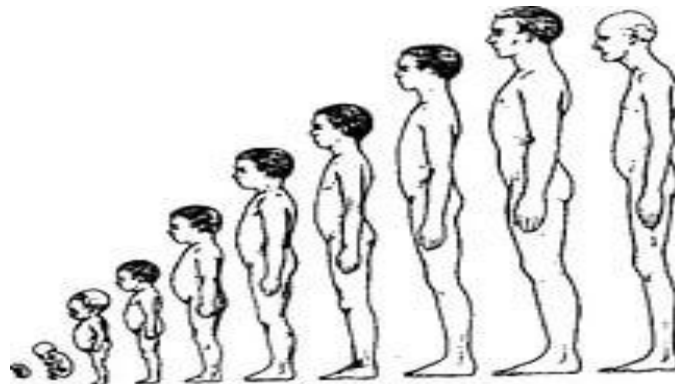
Онтогенез является **частью *филогенеза*** - всей истории развития данного класса, вида живых организмов.

Под развитием понимают:

**Рост-
количественный
процесс**
(увеличение числа и
размера клеток)

**Дифференцирование
органов и тканей**
(последовательного
изменения структуры и
функций клеток)

Формообразование
(т.е. качественные
изменения)



ОНТОГЕНЕЗ

Внутриутробный
(пренатальный)

ПОСТНАТАЛЬНЫЙ

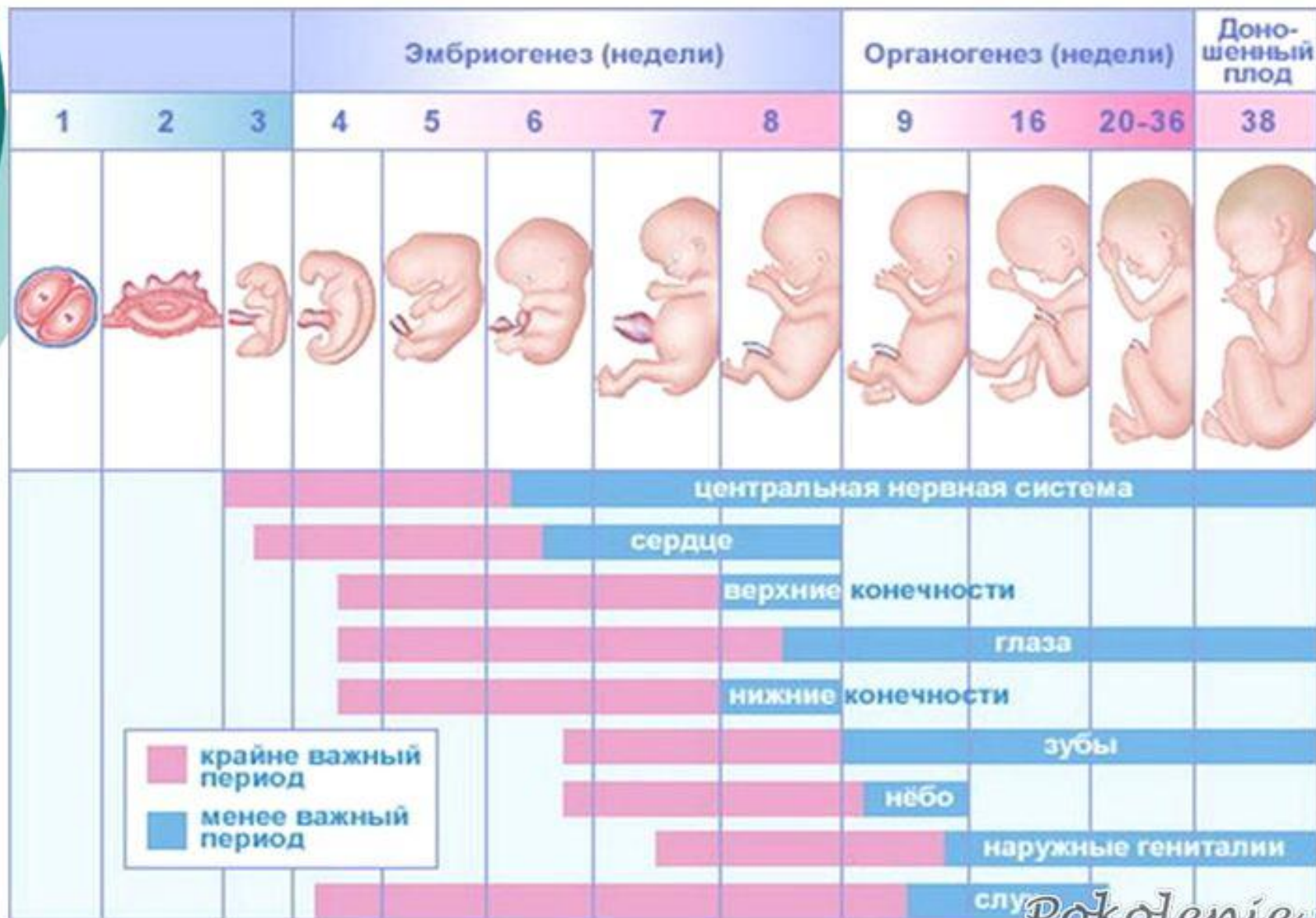


12 возрастных
периодов

Эмбриональный
период

Плодовый период

Формирование плода



постнатальный

–от момента рождения до смерти человека
Продолжительность для всех людей различна



- **Возрастные периоды** - это сроки, необходимые для завершения определенного этапа онтогенеза.
- **Возрастная периодизация онтогенеза** - *это выделение периодов жизни человека по анатомо-физиологическим и социально-психическим признакам.*

1. Гетерохронность роста и развития



3. Совершенствование механизмов регуляции функций организма

Закономерности постнатального онтогенеза

4. Изменение взаимоотношений между ассимиляцией и Диссимиляцией

2. Экономичность функций

5. Изменение характера нейрогуморальной Регуляции

С учетом количественных и качественных признаков (костный возраст, зубной возраст, развитие эндокринной системы, половое развитие) в постнатальном периоде выделяют 12 возрастных периодов

II. Постнатальное развитие:

1. Перинатальный период – 28 нед. внутриутробного развития – первые 10 дней постнатального периода;
2. Период новорожденности – первые 10 дней постнатального периода;
3. Грудной возраст – 10 дней.-1 год;
4. Раннее детство – 1 – 3 года;
5. Первое детство - 4-7 лет;
6. Второе детство - 8-12 лет (мальчики), 8-11 лет (девочки);
7. Подростковый (пубертатный) возраст - 13-16 лет (мальчики), 12-15 лет (девочки);
8. Юношеский (ювенильный) возраст - 17-21 год (юноши), 16-20 лет (девушки);
9. Зрелый возраст:
I период - 22-35 лет (мужчины), 21-35 лет (женщины),
II период - 36-60 лет (мужчины), 36-55 лет (женщины); !!! внесут изменения и эти периоды будут заканчиваться 65 лет у мужчин и 60 у женщин.
10. Пожилой возраст - 61-74 года (мужчины), 56-74 года (женщины); Соответственно в этом периоде также изменится возраст
11. Старческий возраст - 75-90 лет;
12. Долгожители - свыше 90 лет.



<p>Тема для выполнения презентации</p> <p>Требования смотрите на дальнейших слайдах</p>	<p>первая буква фамилии</p>
<p>Раннее детство 1-3 года</p>	<p>А, М</p>
<p>Первое детство 4-7 лет</p>	<p>Б, Н</p>
<p>Второе детство мальчики 8-12 лет</p>	<p>В, О</p>
<p>Второе детство девочки 8-11 лет</p>	<p>Г, П</p>
<p>Подростковый возраст юноши 13-16 лет</p>	<p>Д, Р, Щ</p>
<p>Подростковый возраст девушки 12-15 лет</p>	<p>Е, С</p>
<p>Юношеский возраст 17-21 лет юноши</p>	<p>Ё, Т, Ю</p>
<p>Юношеский возраст 16-20 девушки</p>	<p>Ж, У</p>
<p>Зрелый возраст 1 период 22-35 лет (мужчины), 21-35 лет (женщины)</p>	<p>З, Ф, Ш</p>
<p>Зрелый возраст 2 период 36-60 лет (мужчины), 36-55 лет (женщины)</p>	<p>И, Х, Я</p>
<p>Пожилой возраст 61-75 лет (мужчины), 56-75 лет(женщины)</p>	<p>К, Ц</p>
<p>Старческий возраст -76-90 лет, Долгожители - свыше 90 лет</p>	<p>Л, Ч, Э</p>

Требования к презентации по теме:
«Физиологические особенности возрастного периода
(указать конкретно Ваш период согласно варианту)

Презентация оформляется на слайдах с белым фоном. Шрифт Arial, размер основного текста 18-20. Размер заголовков- 24-28. Без анимации. Рисунки, схемы, фото допускаются. Объем минимум 10-12 слайдов. Титульный лист, план, последний слайд Литература (та, которой пользовались Вы! : учебник, учебные пособия, научные статьи, монографии).

В презентации необходимо отразить информацию по плану:

- особенности функций нервной системы (масса головного мозга, процесс возбуждения, торможения, рефлексy, особенности ВНД, память, внимание, мышление. Влияние физических нагрузок на процессы НС).
- особенности функций системы крови и ССС (возрастные показатели крови в %, форменных элементов, гемоглобина, массы сердца, СО (мл), ЧСС (уд/мин), АД сист, АД диаст (мм.рт.ст), влияние физических нагрузок на ССС).
- особенности функций ДС (тип дыхания, возрастная норма ЖЕЛ (мл), ЧД (дых.цикл/мин), ДО (мл), влияние физических нагрузок на ДС).
- особенности функций пищеварительной и выделительной систем (масса печени, объем желудка, сформированность кишечника, суточная норма Б:Ж:У; масса почек, емкость мочевого пузыря, влияние физических нагрузок на пищеварение и выделение)
- особенности функций эндокринной системы (гипофиз, щитовидная, надпочечники, половые железы, влияние физических нагрузок на функции эндокринных желез)
- Особенности функционирования двигательного, вестибулярного анализаторов. Влияние физических нагрузок на функции двигательного и вестибулярного анализатора

Основная литература

1. Солодков А.С. Физиология человека : общая, спортивная, возрастная : учеб. для вузов физ. культуры / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. - 4-е изд. - М. : Спорт, 2012. - 620 с. - Повторное издание без изменений в содержании книги 2012 года с аналогичным названием вышло в 2017 и 2018 годах (36 экз.).
2. Беленко И. С. Анатомо-физиологические особенности человека в возрастном аспекте [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / И. С.Беленко ; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта. - Электрон. текстовые дан. - СПб. : [б. и.], 2012. - 1 файл. Режим доступа: <http://lib.sibsport.ru>
3. Ложкина Н.И. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учеб. пособие для студентом вузов по направлению "Пед. образование" : в 2 ч. Ч. 2 / Н. И. Ложкина, Т. М. Любошенко; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2013. - 272 с. - Режим доступа : <http://lib.sibsport.ru>
4. Любошенко Т.М. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учеб. пособие : в 2 ч. Ч. 1 / Т. М. Любошенко, Н. И. Ложкина ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2012. - 200 с. - Режим доступа : www.lib15.sibsport.ru
5. **научные статьи, монографии, авторефераты открытой сети Интернет за последние 5-10 лет с выходными данными: автор название // название журнала.- № журнала.- С 13-16**

Пример оформления статьи в список литературы:

Петрушкина, Н. П. Оптимизация тренировочного процесса хоккеистов пубертатного возраста на основе комплексной оценки специальной и функциональной подготовленности / Н. П. Петрушкина [и др.] // Ученые записки университета Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта. - СПб., 2018. - Вып. 11 (165). - С. 261-266 .

<p>Вариант для выполнения лабораторной работы 47.</p> <p>Сегодня Вы СКАЧИВАЕТЕ ФАЙЛ своего варианта, где уже указаны параметры!!!! Вам необходимо провести расчеты и сформулировать развернутый вывод</p>	<p>первая буква фамилии</p>
1 вариант	А, М, Ж, Ю, Х
2 вариант	Б, Н, Ё, У, К
3 вариант	В, О, Т, Я, Ц
4 вариант	Г, П, Ш, З, Л
5 вариант	Д, Р, Щ, Ф, Ч
6 вариант	Е, С, Э, И

Для получения баллов за занятие необходимо:



1. Выполнить задание. (Презентация по своему варианту. Презентацию подписать своей фамилией).
2. Файл с лабораторной работой 47. (Оформить печатным шрифтом по представленным данным для каждого варианта. Файл подписать).
3. Ваши задания оправить через образовательный портал. Дисциплина «Физиология», Раздел 10. Вкладка «Прислать задание семинара 29».

Задания, оформленные не по представленным требованиям проверяться не будут!!!!

Презентация- тах 5 баллов.

Лаб.работа при правильном выполнении- 1 балл

Всем здоровья и удачи!!!

ГОТОВИМСЯ К КОЛЛОКВИУМУ 5!!!!!!

