

Теми лекційних занять

з дисципліни «ФІЗІОЛОГІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ»

Рівень вищої освіти «бакалавр»

Спеціальність 227 «Фізична терапія, ерготерапія»

Розробник: проф. Коритко З.І.

Денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Вступ у «Фізіологію рухової активності». Фізіологічна характеристика фізичних вправ і фізичних навантажень. Фізіологічна характеристика станів організму, які виникають при заняттях фізичною культурою.	2
2.	Фізіологічні механізми впливу фізичних навантажень різної потужності та характеру на основні системи організму.	2
3.	Зміни в крові при м'язовій роботі. Фізіологічні основи імунітету та його зміни при фізичних та емоційних навантаженнях.	2
4.	Адаптація організму до фізичних навантажень. Фізіологічні основи тренуваності.	2
5.	Фізична працездатність, методи визначення. Фізіологічні основи аеробних та анаеробних можливостей організму.	2
6.	Адаптаційні можливості організму та працездатність людини за особливих умов довкілля.	2
7.	Фізіологічна характеристика втоми та відновлення.	2
8.	Вплив фізичних і емоційних навантажень на працездатність і здоров'я. Фізіологічні резерви організму і здоров'я.	2

	Разом	16
--	-------	----