

## **ВОПРОСЫ**

### **к дифференцированному зачету**

по дисциплине «ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ МОРФОЛОГИИ»

для студентов 1 курса очной формы обучения

по направлениям подготовки:

49.03.01 «Физическая культура»

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»

(Адаптивная физическая культура)

1. Спортивная морфология как наука.
2. Основные закономерности роста и развития: эндогенность, необратимость, цикличность, последовательность
3. Общая характеристика средовых факторов роста и развития
4. Характеристика абиотических факторов и их влияние на рост и развитие.
5. Характеристика биотических факторов и их влияние на рост и развитие.
6. Генетические факторы роста и развития.
7. Возрастная периодизация и общая характеристика возрастных периодов.
8. Предмет, задачи и методы спортивной морфологии.
9. Гомеостаз. Константы гомеостаза.
10. Антропометрия как метод исследования.
11. Метод индексов и его характеристика.
12. Сколиозометрия. Методы определения осанки тела.
13. Характеристика осанки и ее виды.
14. Плантографические методы исследования.
15. Соматодиагностика по Р. Н. Дорохову.
16. Гониометрия. Факторы, влияющие на развитие подвижности
17. Динамометрия. Факторы, влияющие на проявление силы мышц.
18. Стабилометрия как метод исследования.
19. Дерматоглифика как метод исследования.
20. Характеристика биоимпедантного метода исследования
21. Анатомические факторы проявления силы мышц.
22. Физиологические факторы проявления силы мышц.
23. Механические факторы проявления силы мышц.
24. Критерии определения биологического возраста:
25. Морфологические критерии определения биологического возраста.
26. Функциональные критерии определения биологического возраста.
27. Биохимические критерии определения биологического возраста.
28. Антропометрические приборы и их характеристика.
29. Что обозначает термин «акселерация развития».
30. Что является материальной основой адаптации.
31. Проявления репаративной регенерации.
32. Понятие о гипертрофии, гиперплазии и атрофии.

33. Классификация приспособительных реакций.
34. Виды адаптации:
35. Характеристика кратковременной адаптации.
36. Характеристика срочной адаптации.
37. Характеристика долговременной адаптации.
38. Адаптационные изменения в костной системе на клеточном и тканевом уровне.
39. Адаптационные изменения в костной системе на органном и системном уровнях.
40. Какие изменения происходят в мышцах при статических нагрузках.
41. Какие изменения происходят в мышцах при динамических нагрузках.
42. Какие изменения происходят в мышцах при гипокинезии.
43. Какие изменения происходят в мышцах при гиперкинезии.
44. Адаптационные изменения в соединениях костей при систематических физических нагрузках.
45. Типы мышечных волокон и их возможность проявлять работу разного характера.
46. Конституция человека и методы ее определения.
47. Адаптационные изменения внешнего дыхания при занятиях спортом.
48. Строение сердца и его адаптационные изменения у спортсменов.
49. Роль нервной системы в адаптации организма.
50. Понятие о календарном и двигательном возрасте. Методы определения двигательного возраста