

**КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №4  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
«АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»**

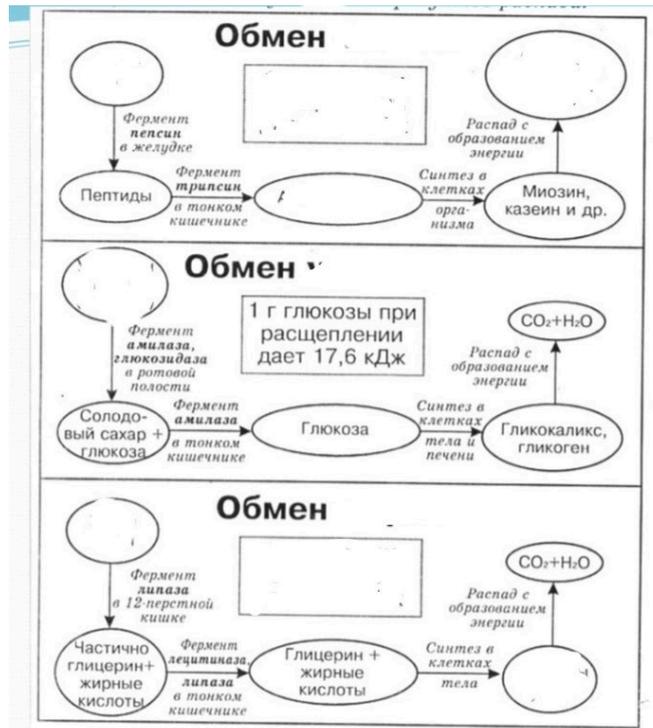
Вариант №	Содержание вопроса	ФИО студента															
1	<p>1. Какой процесс изображен на рисунке. Опишите его подробно</p> <p>2. Подробно ответьте на вопрос «Как влияют физические нагрузки на зрительный анализатор?»</p> <p>3. Назовите и кратко опишите функциональные группы мышц, обеспечивающие движение позвоночного столба.</p>																
2	<p>1. Метаболизм, что это такое опишите подробно и заполните таблицу</p> <table border="1" data-bbox="300 1592 1310 1861"> <tr> <td>Сравнительные признаки</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Задача процесса</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Химические соединения</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Энергия</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>АТФ</td> <td></td> <td></td> </tr> </table> <p>2. Назовите и кратко опишите функциональные группы мышц, производящие движения пояса верхней конечности.</p> <p>3. Подробно ответьте на вопрос «Как влияют физические нагрузки на психологическое состояние человека?»</p>	Сравнительные признаки			Задача процесса			Химические соединения			Энергия			АТФ			
Сравнительные признаки																	
Задача процесса																	
Химические соединения																	
Энергия																	
АТФ																	

3

1. Обмен веществ в организме человека. Распишите подробно и заполните схему

2. Подробно ответьте на вопрос «Как влияют физические нагрузки на пищеварительную систему?»

3. Назовите и кратко опишите функциональные группы мышц, производящие движения при приседании



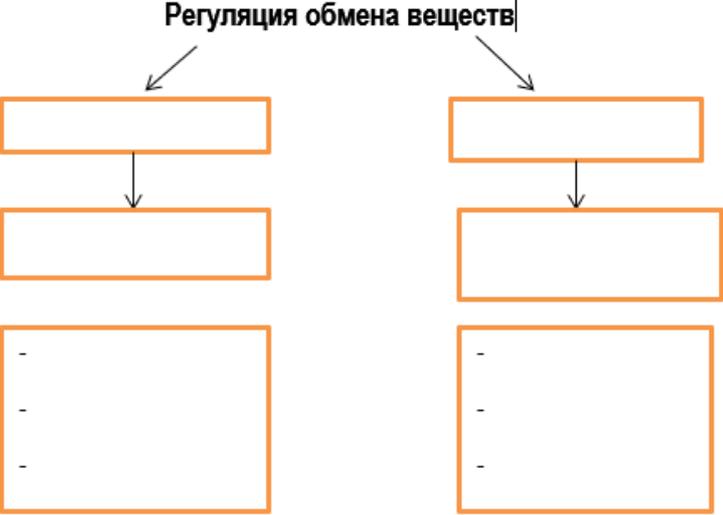
4

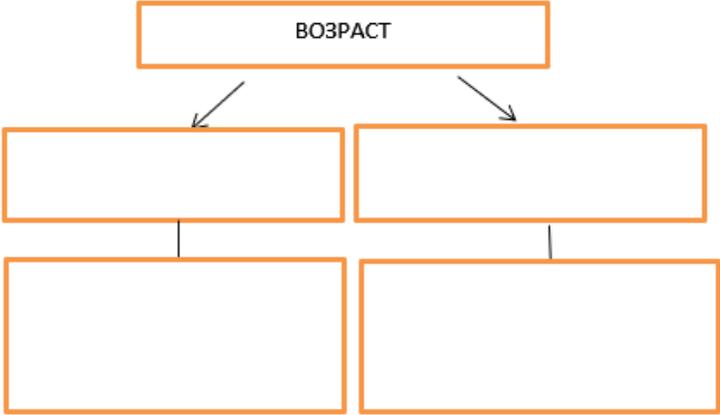
1. Водный и минеральный обмен в организме распишите как происходит. Заполните таблицу микро и макро элементы организма человека

Название элемента (микро макро)	Биологическая роль	Суточная потребность	нехватка	В каких продуктах находится
---------------------------------	--------------------	----------------------	----------	-----------------------------

2. Дайте подробный ответ на вопрос «Как влияют физические нагрузки на костную систему?»

3. Назовите и кратко опишите функциональные группы мышц, производящие движения кисти

<p>5</p>	<p>1. Опишите подробно процесс регуляции обмена веществ, что туда входит и заполните схему.</p> <p>2. Подробно ответьте на вопрос «Как влияют физические нагрузки на состав крови?»</p> <p>3. Назовите и кратко опишите функциональные группы мышц, производящие движения в тазобедренном суставе.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Регуляция обмена веществ</b></p> 										
<p>6</p>	<p>1. Перечислите стоматоскопические методы обследования спортсменов. Запишите свои показатели в таблицу</p> <table border="1" data-bbox="300 1375 1310 1507"> <thead> <tr> <th>Рост</th> <th>вес</th> <th>Длина стопы</th> <th>Объем грудной клетки</th> <th>Объем грудной клетки</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table> <p>2. Назовите и кратко опишите функциональные группы мышц, производящие движения стопы.</p> <p>3. Подробно ответьте на вопрос «Как влияют физические нагрузки на мочевыделительную систему?»</p>	Рост	вес	Длина стопы	Объем грудной клетки	Объем грудной клетки						
Рост	вес	Длина стопы	Объем грудной клетки	Объем грудной клетки								

<p>7</p>	<p>1. Возрастные и половые аспекты спортивной пригодности распишите подробно. Заполните схему</p> <p>2. Дайте анатомическую характеристику положения тела «вис на выпрямленных руках».</p> <p>3. Запишите классификацию мышц по форме, по направлению волокон, по сложности устройства и по положению в теле.</p>		
<p>8</p>	<p>1. Опишите методы исследования физического развития спортсмена. Рассчитайте свои данные по формулам</p> <p>а) <math>A = \frac{[\text{Рост стоя} - \text{Рост сидя}]}{\text{Рост сидя}} \times 100\%</math>, где А – показатель пропорциональности телосложения. Сравните полученные вами результаты со среднестатистическими. <b>Оценка полученных результатов:</b> при нормальном телосложении это соотношение составляет 50-55% . Если это соотношение меньше 50%, то развитие слабое, а если более 55% – высокое.</p> <p>б) рассчитайте показатели осанки по формуле: <math>A = \frac{\text{Ширина плеч}}{\text{Величина дуги спины}} \times 100\%</math>, где А – показатель состояния осанки. Сравните полученные результаты со среднестатистическими. <b>Оценка полученных результатов:</b> в норме показатель состояния осанки колеблется в пределах 100-110% . Если он менее 90 или более 125%, то это свидетельствует о выраженном нарушении осанки. Соотношение между окружностью талии и ростом составляет 45%.</p> <p>2. Подробно ответьте на вопрос «Как влияют физические нагрузки на состав крови?»</p> <p>3. Опишите возрастные особенности скелета грудной клетки.</p>		

<p>9</p>	<p>1. Адаптация тренированного организма к физическим нагрузкам как происходит. Заполните схему</p> <p>2. Опишите возрастные, половые и индивидуальные особенности черепа.</p> <p>3. Дайте анатомическую характеристику положений тела: «стоя», «упор лежа».</p>	<p style="text-align: center;"><b>Виды адаптаций</b></p>									
<p>10</p>	<p>1. Физиологическая классификация физических упражнений какие бывают. Заполните таблицу</p>	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <th colspan="2">Аэробные нагрузки</th> <th colspan="2">Анаэробные нагрузки</th> </tr> <tr> <td>плюсы</td> <td>минусы</td> <td>плюсы</td> <td>минусы</td> </tr> </table> <p>2. Подробно расшифруйте понятия «тонус» и «утомление мышц».</p> <p>3. Дайте анатомическую характеристику движений спортсмена: ходьба.</p>	Аэробные нагрузки		Анаэробные нагрузки		плюсы	минусы	плюсы	минусы	
Аэробные нагрузки		Анаэробные нагрузки									
плюсы	минусы	плюсы	минусы								
<p>11</p>	<p>1. Что за процесс изображен на рисунке? Подробно опишите его</p> <p>2. Опишите строение и функции мышц.</p> <p>3. Дайте анатомическую характеристику положения тела «мост».</p>										

<p>12</p>	<p>1. Отставленные тренировочные эффекты (ОТЭ) опишите их и заполните таблицу</p> <table border="1" data-bbox="300 392 1327 613"> <thead> <tr> <th>Показатель</th> <th>Фаза нагрузки</th> <th>Фаза реализации</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table> <p>2. Назовите и кратко опишите функциональные группы мышц, производящие движения стопы. 3. Подробно ответьте на вопрос «Как влияют физические нагрузки на состав крови?»</p>	Показатель	Фаза нагрузки	Фаза реализации													
Показатель	Фаза нагрузки	Фаза реализации															
<p>13</p>	<p>1. Средства восстановления работоспособности. Опишите кратко каждый из них, более подробно опишите психологические средства восстановления. Заполните схему</p> <div data-bbox="635 945 1353 1505" data-label="Diagram">  <pre> graph TD     A[психологические средства восстановления] --&gt; B[Психотерапевтические]     A --&gt; C[Психолого-педагогические]     B --- B1[-]     B --- B2[-]     B --- B3[-]     B --- B4[-]     C --- C1[-]     C --- C2[-]     C --- C3[-]     C --- C4[-]     </pre> </div> <p>2. Подробно ответьте на вопрос «Как влияют физические нагрузки на половую систему?»</p> <p>3. Дайте анатомическую характеристику положения тела «вис на выпрямленных руках».</p>																

14

1. Опишите работу мышц приведенных на картинке

2. Дайте анатомическую характеристику движений спортсмена: бег.

3. Дайте анатомическую характеристику движений спортсмена: прыжок в длину с места.

