

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

1. Предмет изучения анатомии и физиологии человека.
2. Строение, виды и свойства костной ткани.
3. Общее строение и функциональное значение черепа человека.
4. Общее строение и функциональное значение позвонков и хребта скелета человека.
5. Строение и функциональное значение грудной клетки скелета человека.
6. Строение и функциональное значение пояса верхней конечности скелета человека.
7. Строение и функциональное значение пояса нижней конечности скелета человека.
8. Общее строение суставов скелета человека. Виды суставов.
9. Виды движения в суставах скелета человека. Привести примеры, показать.
10. От чего зависит объем движению в суставах?
11. Общее строение, виды и формы мышц.
12. Физиология мышечного сокращения.
13. Мышечный тонус, сила мышц.
14. Мышцы председателя, шеи, спины груди и живота.
15. Мышцы верхнего плечевого пояса.
16. Мышцы таза и нижней конечности.
17. Центр веса. Тренировка опорно-двигательного аппарата.
18. Понятие о рефлекторной дуге и рефлексах.
19. Центральные и периферические отделы нервной системы.
20. Понятие о вегетативной нервной системе и ее физиологическое значение.
21. Зрительный, слуховой, двигательный, кожный, обонятельный, вкусовой анализаторы и их функциональное значение для хореографии.
22. Условный рефлекс. Образование и торможение условных рефлексов.
23. Типы ВНД.
24. Двигательные навыки. Механизм и этапы образования двигательных навыков.
25. Автоматизация движений и внимание.
26. Сила, как характеристика двигательных качеств.
27. Дать характеристику скорости (скорости мышечных реакций как одному из показателей двигательных качеств).
28. Выносливость. Определение, виды, приемы тренировки.
29. Анатомо-физиологическая характеристика гибкости. Развитие гибкости.
30. Ловкость и координация движений. Роль нервной системы в развитии координации движений.
31. Предстартовые состояния, разогревание и вработывание как физиологические состояния, которые возникают при активной двигательной деятельности.
32. Усталость и восстановительные процессы. Механизмы развития и компенсации.
33. Понятие о тренированности, перетренировке. Активный отдых как механизм компенсации.
34. Состав крови.
35. Функциональное значение крови.
36. Система кровообращения. Большой круг кровообращения и его значения для организма.
37. Малый круг кровообращения и его значения для организма.
38. Общее строение сердца. Особенности функциональных свойств миокарда.
39. Сердечная деятельность и ее регуляция.
40. Сердечнососудистая система и ее функциональное значение в хореографии.

41. Общее строение органов дыхания.
42. Внешнее дыхание. Механизм вдоха и выдоха.
43. Внутреннее дыхание. Его функциональное значение.
44. Механизмы регуляции дыхания.
45. Понятие о гипоксии, механизмах ее развития и компенсации.
46. Дыхание и движение. Дыхание во время танца.
47. Общее строение пищеварительной системы.
48. Этапы пищеварения. Характеристика.
49. Понятие о химическом и энергетическом составе еды.
50. Терморегуляция, механизмы, роль при повышенной двигательной активности в хореографии.
51. Особенности питания в хореографии.
52. Принципы предоставления первой помощи.
53. Ранение и травмы. Виды.
54. Раны. Обработка ран.
55. Кровотечения. Виды. Остановка кровотечения.
56. Растяжение связок и вывих суставов. Переломы костей. Первая (доврачебная) помощь.
57. Обморок. Доврачебная помощь.
58. Основные принципы профессиональной гигиены в хореографии.
59. Основные принципы личной гигиены.
60. Психогигиена в работе хореографа.