

УДК: 796.01:612(07)
М 82

Рекомендовано к изданию
Экспертно-методическим Советом
ИСиФВ ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК)
Протокол № 79 от 27 июня 2017 г.

Москатова А.К. **Практикум по физиологии вегетативных систем:**
Учебно-методическое пособие для студентов бакалавриата ФГБОУ ВО
РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК), обучающихся по направлению 49.03.01 «Физиче-
ская культура», профилю «Спортивная подготовка» // А.К. Москатова. – М.,
2017. – 78 с.

Рецензент:
Тамбовцева Р. В. – профессор, доктор биологических наук

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	2
Тема 1. Исследование рефлекторных механизмов вегетативной нервной системы.....	5
Тема 2. Группоспецифические характеристики крови в системе индивидуальной конституции.....	13
Тема 3. Адаптация иммунной системы крови.....	20
Тема 4. Оценка кардиодинамики в условиях покоя, мышечной работы и восстановления (методы пульсометрии).....	25
Тема 5. Оценка адаптации организма к нагрузкам аэробной и анаэробной мощности по показателям кардиодинамики.....	30
Тема 6. Электрокардиография: оценка биоэлектрической активности сердца.....	34
Тема 7. Исследование статуса индивидуальной гемодинамики по показателям артериального давления.....	40
Тема 8. Исследование индивидуальной реактивности ВНС и сердечно-сосудистой системы в ортостатической и клиноортостатической пробах....	43
Тема 9. Исследование индивидуальной реактивности гемодинамики по показателям артериального давления при выполнении нагрузки максимальной анаэробной мощности.....	46
Тема 10. Спирометрия: определение жизненной ёмкости лёгких и жизненных показателей дыхания.....	50
Тема 11. Исследование влияния гипервентиляции на длительность произвольной задержки дыхания.....	54
Тема 12. Определение индивидуального кардио-респираторного резерва организма по пульсовой реакции на задержку дыхания	60
Тема 13. Аналитическая медитация на телесных и вегетативных функциях.....	62
Приложение.....	73
Рекомендуемая литература.....	77