



**Національний університет фізичного виховання та
спорту України**

**Кафедра спортивних єдиноборств та
силових видів спорту**

Вікова кінезіологія рухової діяльності

дисципліна вільного вибору студентів

спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

(викладається на IV курсі)

Кінезіологія – наука про рух людини в усіх його проявах.

«Кожен рефлекторний і психічний акт закінчується рухом або ідеомоторним актом.

Сміється чи дитина при вигляді іграшки, ... тремтить дівчина при першій думці про любов, чи створює Ньютон світові закони і пише їх на папері - скрізь остаточним фактом є м'язовий рух».

(І.М. Сеченов)

Вікова кінезіологія вивчає:

- Вікові періодизації розвитку людини;
- Особливості фізіології рухової активності у осіб різного віку.
- Гендерні особливості процесу біологічного дозрівання та рухової активності;
- Закономірності морфо-функціонального розвитку організму людини;
- Закономірності та особливості психічного розвитку людини;
- Особливості проведення моніторингу здоров'я;
- Особливості проведення визначення фізичного здоров'я;
- Біологічний вік в усіх його проявах;
- Адаптацію до фізичних навантажень в різні вікові періоди

Вікові періодизації розвитку людини

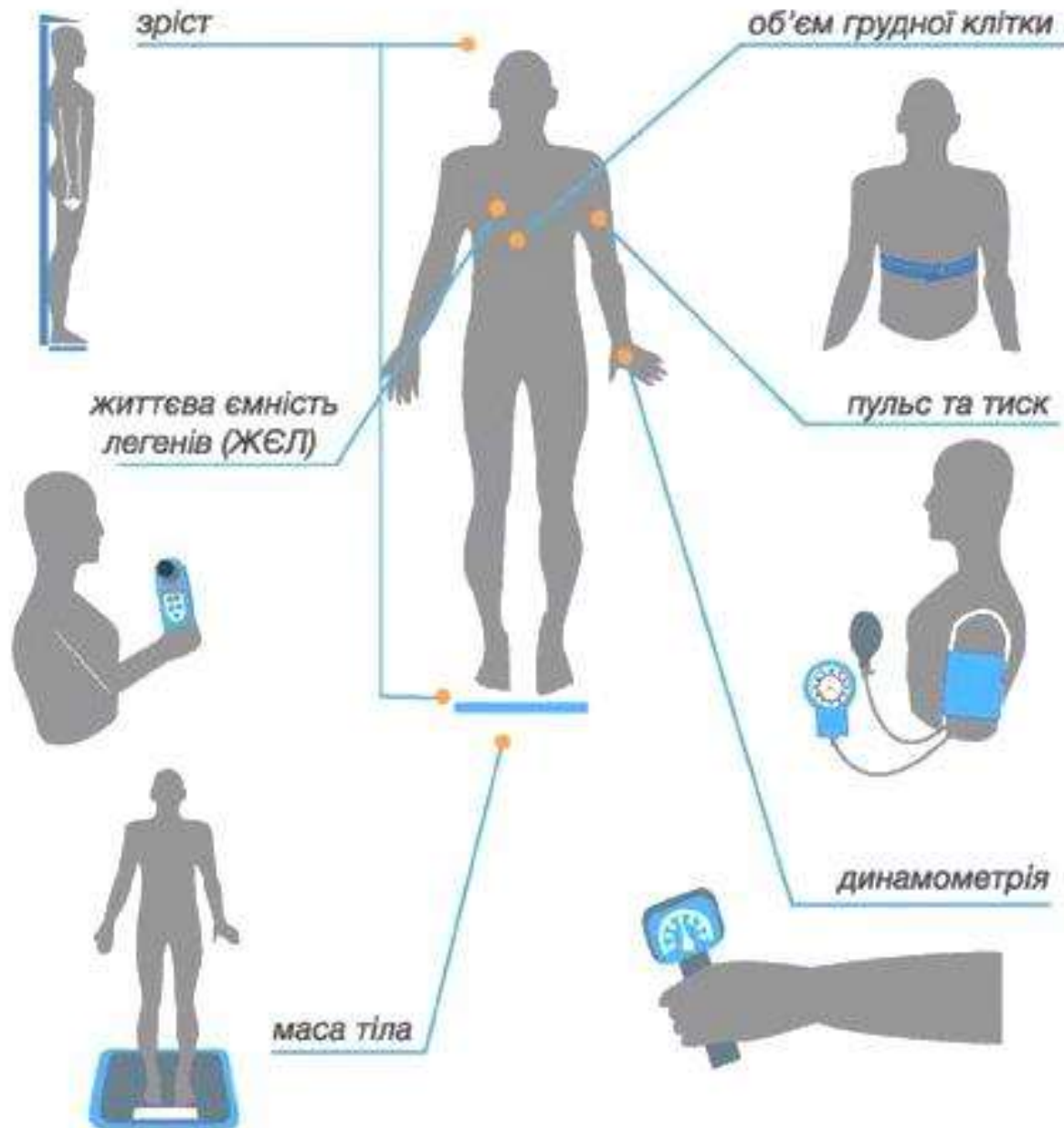


Уявлення про періодизацію у 1-й половині XIX століття

Гендерні особливості процесу біологічного дозрівання



Оцінювання рівня фізичного здоров'я



Біологічний вік



– це об'єктивний стан нашого організму



Схема функціональної системи організму (Анохін П.К.)

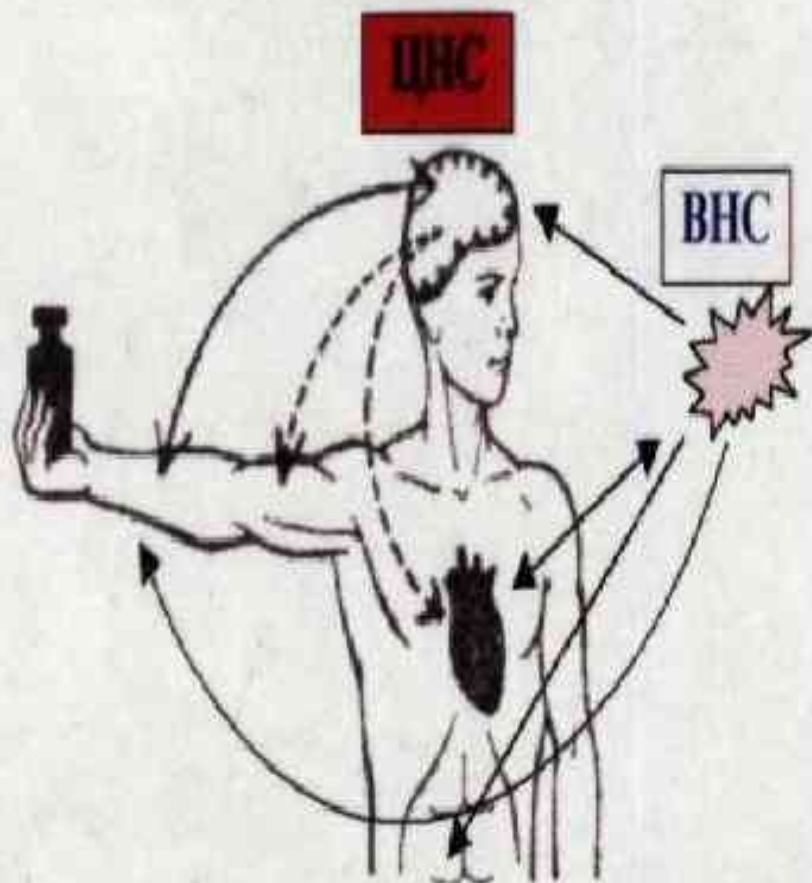
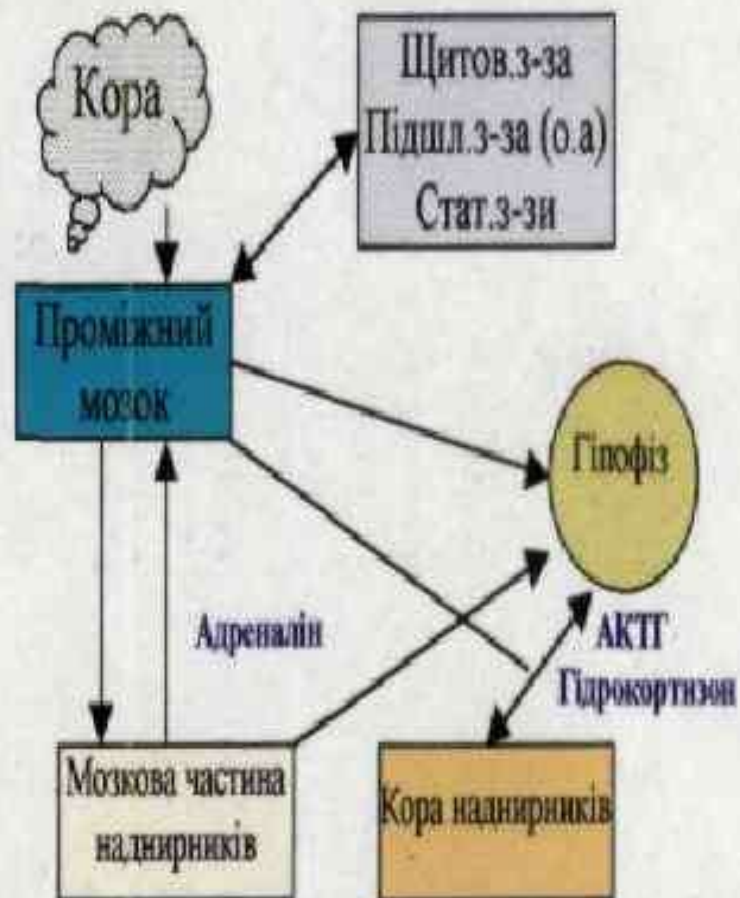


Схема моторно-вісцеральних рефлексів



Гуморальна система регуляція



Дякую за увагу!

