

А  
Рекомендовано к изданию  
экспертно-методическим советом  
ИТРРиФ ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»  
Протокол № 57 от 26 июня 2015 г.

УДК: 796:612(07)  
Г 69

**Белицкая Л.А., Головина Л.Л., Меркурьев В.А. Гормоны и двигательная активность:** Учебно-методическое пособие по дисциплине «Физиология человека» для студентов ФГБОУ ВПО РГУФКСМиТ, обучающихся по направлениям подготовки 49.03.01 «Физическая культура», 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм», 44.03.01 «Педагогическое образование», профилю «Физическая культура». – М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2015. – 40 с.

**Рецензент:**

**Золичева Светлана Юрьевна** – кандидат медицинских наук, профессор кафедры спортивной медицины ФГБОУ ВПО РГУФКСМиТ

Учебно-методическое пособие подготовлено в соответствии с программой обязательной дисциплины профессионального цикла на основе федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС ВПО) по направлениям подготовки 49.03.01 «Физическая культура», 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм», 44.03.01 «Педагогическое образование», профилю «Физическая культура». В пособии изложены классические и современные представления о роли гормонов в регуляции функций организма. Рассмотрена роль нейроэндокринных систем в адаптации организма к мышечной работе.

## Оглавление

Введение	4
I. Характеристика эндокринной системы	5
II. Функции гормонов	8
III. Химическая структура гормонов и механизм их воздействия	10
IV. Функции основных эндокринных желез	11
4.1. Гипоталамо-гипофизарная система	11
4.2. Эпифиз (шишковидная железа)	16
4.3. Функции щитовидной железы (тиреоидные гормоны)	18
4.4. Функции паращитовидных желез	23
4.5. Поджелудочная железа и ее функции	24
4.6. Функции надпочечников	28
4.6.1. Гормоны мозгового слоя надпочечников	28
4.6.2. Гормоны коркового слоя надпочечников	30
4.7. Половые железы	32
V. Роль нейроэндокринных систем в обеспечении двигательной активности человека	33
5.1. Роль симпатoadреналовой системы (САС) в адаптации к разным видам двигательной активности.	34
5.2. Гипоталамо-гипофизарно-гонадальная система в обеспечении двигательной активности	36
5.3. Гипоталамо-гипофизарно-тиреоридная система в обеспечении двигательной активности	37
Контрольные вопросы	39
Рекомендуемая литература	40