

Министерство образования и науки Российской Федерации
Сибирский федеральный университет

Ф. А. Гершковрон

ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ ФИЗИОЛОГИЯ

Лабораторный практикум

Красноярск
СФУ
2017

УДК 574.24(07)
ББК 28.903,1я73
Г423

Гершкорон, Ф. А.
Г423 Экологическая физиология : лаб. практикум / Ф. А. Гершкорон. –
Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2017. – 60 с.
ISBN 978-5-7638-3697-4

Представлен практический материал по следующим тематическим разделам: «Оценка особенностей конституции, состояния здоровья по показателям физической работоспособности, адаптации организма к физическим нагрузкам»; «Определение типа высшей нервной деятельности и оценка состояния высших психических функций»; «Гигиенические требования к мебели, воздушному режиму и освещенности в аудитории для учащихся».

Предназначен для студентов направления «Биология», профиль «Биохимия».

Электронный вариант издания см.:
<http://catalog.sfu-kras.ru>

УДК 574.24(07)
ББК 28.903,1я73

ISBN 978-5-7638-3697-4

© Сибирский федеральный
университет, 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ.....	4
Лабораторная работа 1. ОЦЕНКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ – ОСОБЕННОСТЕЙ КОНТИТУЦИИ.....	5
Лабораторная работа 2. ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ И МАКСИМАЛЬНОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ КИСЛОРОДА.....	10
Лабораторная работа 3. АДАПТАЦИЯ ОРГАНИЗМА К ФИЗИЧЕСКИМ НАГРУЗКАМ	18
Лабораторная работа 4. ТЕПЛОВОЙ ОБМЕН. АДАПТАЦИЯ К УСЛОВИЯМ НИЗКИХ И ВЫСОКИХ.....	25
Лабораторная работа 5. БИОЛОГИЧЕСКИЕ РИТМЫ	29
Лабораторная работа 6. ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К МЕБЕЛИ И РАБОЧЕЙ ПОЗЕ УЧАЩЕГОСЯ	35
Лабораторная работа 7. ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К УЧЕБНОЙ КОМНАТЕ, ЕЕ ВОЗДУШНОМУ РЕЖИМУ, ОСВЕЩЕННОСТИ	38
Лабораторная работа 6. ВЫСШИЕ ПСИХИЧЕСКИЕ ФУНКЦИИ И ТИПОЛОГИЯ ВЫСШЕЙ НЕРВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	43
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	53