

ценностей физической культуры и спорта в образовательном процессе, результаты опытно-экспериментального апробирования, обеспечивающие эффективность социализации учащейся молодежи.

Глава III – периоды развития физической культуры в обществе рассматривает основные причины возникновения и развития физической культуры, в частности физического воспитания, спорт как органическая часть физической культуры, сущность спорта и его роль в современном обществе, функции спорта в обществе.

Глава IV – спорт в современном обществе содержит такие сведения как, спорт как компенсаторная деятельность, организация спорта, соревнования в виде генерального атрибута спорта и спорт и спонсор.

В заключении подчеркивается, что образование, во-первых, рассматривается как один из важнейших объектов социальной политики, которая обязана выделить этот блок духовной жизни общества в качестве предмета своей постоянной заботы. Во-вторых, анализируются изменения в ценностных ориентациях по отношению к системе образования, которые содержат не только позитивные, но и тревожные показатели. Эти ценности характеризуют зрелость общества, его нынешнее и еще в большей степени будущее развитие.

Социализация человека идет в процессе его взаимодействия с многообразными и многочисленными факторами, группами, организациями, среди которых особое место занимает образовательное учреждение. Учеными-педагогами оно относится к числу микрофакторов социализации, к одному из значимых институтов воспитания. В это время происходит становление развитие личности человека, что налагает на него большую ответственность.

МЕХАНИЗМЫ АДАПТАЦИИ ОРГАНИЗМА К ФИЗИЧЕСКИМ НАГРУЗКАМ (учебное пособие)

Еникеев Д.А., Хисамов Э.Н.

Башкирский государственный медицинский университет, Уфа, e-mail: hisamov7958@yandex.ru

В работе приводятся введение, две главы, заключение и список литературы. Во введении подчеркивается, что эффективность адаптации в организме человека является основой здоровья и высокопродуктивной деятельности. Знание закономерностей адаптации человеческого организма к физическим нагрузкам – это основа эффективного использования физических упражнений для рациональной физической тренировки, которая направлена на сохранение и укрепление здоровья людей, повышение их работоспособности, реализации генетически запрограммированной программы долголетия. Программированное построение структурной схемы системообразующих двигательных ингредиентов, определяю-

щего жизнеспособность человека и блок схемы корреляционного расчета оптимума представляет схему адапционного алгоритма нейромышечной нагрузки. Основанием для определения двигательного адапционного алгоритма, как решающего условия активации жизненных сил явились данные о нарастающих неадекватных эпохальных явлениях, обусловленных гипокинезией, гиподинамией, эмоциональным стрессом и экологическим кризисом. Доминирующим активатором жизнеспособности организма считается физическая активность, обуславливающая наиболее высокий полезный результат развития жизненных сил человека как биосистемы.

Глава I посвящена общим аспектам влияния физических нагрузок на организм, в частности, роли физической культуры в сохранении здоровья человека, биохимической адаптации организма к мышечной деятельности и биохимическим показателям тренированности организма, биохимическим изменениям в организме при утомлении, а также медицинским аспектам спорта – протекторным свойствам физических нагрузок, профилактике деструктивных изменений, предупреждению коронарной недостаточности, уменьшению факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний.

В главе II рассмотрены основы физиологии физических нагрузок на организм, в частности, объективные методы исследования состояния организма, занимающихся спортом, характерные особенности морфологического анализа ЭКГ у спортсменов.

В заключении акцентируются концепция системного подхода в реализации методологии развития и сохранения достаточного уровня, необходимость разработки индивидуальных программ физического совершенствования, как решающего звена здорового образа жизни молодежи. При этом рекомендуется учитывать факторные компоненты для корреляционного расчета составляющих оптимума моторной активности. Так, фокусированный полезный результат нейромышечной нагрузки содержит следующие части:

- мотивация корреляционного расчета оптимума нейро-мышечной нагрузки;
- адекватное варьирование ритмом моторной нагрузки;
- расчетная градация интенсивности мышечных усилий;
- длительность оптимальной нейромышечной нагрузки;
- оптимальная кратность физических нагрузок;
- переключение на инохарактерные виды физических нагрузок;
- положительная эмоциональная окраска процесса физической тренировки;
- перемежаемость мышечных усилий и восстановительно-стимулирующих воздействий;
- коррекция физических нагрузок соответственно переносимости их.

При этом можно видеть в какой мере необходимо наиболее полное формулирование ингредиентов системообразующего фактора необъятной в своей сложности жизнеспособности человеческого организма.

В заключении также указывается на определенную сложность раскрытия процесса саморегуляции биосистемы как главного фактора развития и сохранения жизнеспособности человеческого организма. Несмотря на успехи в развитии естественных наук сведения о явлении саморегуляции остаются неполными. Ясно то, что человек в состоянии в определенных пределах оказать содействие в осуществлении саморегуляционного процесса. По-видимому, содействие саморегулирующимся механизмам рационально проводить в разрезе закономерностей индивидуальной адаптации и развития адапционной готовности и на основе полного поддержания гомеостатических констант. Касаясь биоритмической саморегуляции, важно фазы бодрствующего мозга и ночного сна строго регламентировать по длительности и компонентам режима обитания. Косвенная стимуляция саморегулирующихся механизмов достигается реализацией правил системного подхода, предусматривающего средства и методы упорядочения функциональной активности. Известно, что нарастающее эпохальной гипокинезии ведет к усиливающемуся снижению стато – кинетической стабильности современного человека. При направленном повышении статокинетической устойчивости возможна активация качественных проявлений нервной деятельности-силы, уравновешенности, подвижности.

ВВЕДЕНИЕ В КЛИНИЧЕСКУЮ ПАТОФИЗИОЛОГИЮ. ТИПОВЫЕ ПАТОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ (учебное пособие)

Еникеев Д.А., Хисамов Э.Н., Нургалева Е.А., Срубилин Д.В., Байбурина Г.А., Лехмус В.И., Халитова Г.Г., Фаршатова Е.Р., Нагаева Л.В., Головин В.П.

Башкирский государственный медицинский университет, Уфа, e-mail: hisamov7958@yandex.ru

В данном пособии приводятся введение, различные по содержанию пять разделов, рекомендуемая литература и тестовые задания с эталонами ответов. Во введении излагаются общие положения клинической патофизиологии, в частности, анализ классических и современных определений категории болезни, который позволяет выделить основные содержание и признаки, которые всегда есть при возникновении и течении отдельных заболеваний у каждого больного:

1. Болезнь как объективное явление всегда имеет определенную первоначальную причину.

2. Болезнь – всегда системная, то есть всего организма, реакция на действие этиологического фактора, которую определяют:

а) специфика, сила и длительность действия этиологического фактора;

б) реактивность организма.

3. На каждом из этапов своего развития болезнь есть результат взаимодействия:

а) вызванных эффектом этиологического фактора как раздражителя патологических процессов и патологических реакций, которые могут привести к нарушениям гомеостазиса или вызывают их;

б) защитных реакций в ответ на угрозу нарушений гомеостазиса или возникшие его нарушения;

в) приспособления к нарушениям гомеостазиса и расстройствам функциональных систем, связанных с заболеванием;

г) компенсации расстройств функциональных систем, связанных с заболеванием.

4. Реакции саногенеза при нормальной реактивности, как правило, избыточны относительно действия стимулов, их вызвавших, что обуславливает возможность их превращения в звенья патогенеза патологических процессов и реакций.

5. На определенном этапе болезнь может потерять связь с первоначальным этиологическим фактором, и сама через взаимодействие патологических процессов, реакций и саногенеза может вызывать причины своего дальнейшего развития (эндогенизация болезни и патологического процесса).

Предлагаемое учебное пособие по основам клинической патофизиологии составлено в форме ответов на контрольные вопросы, В соответствии с рабочей программой были проанализированы следующие разделы: метаболический, иммунопатологические синдромы, воспалительный процесс, патофизиология гемостаза, а также полиорганная недостаточность.

Раздел метаболический синдром включает понятие о метаболическом синдроме, синдром гиперметаболизма, системная гиперинсулинемия, синдром инсулинорезистентности, типовые нарушения липидного обмена.

Раздел иммунопатологические синдромы и аллергия содержит: иммунодефицитные состояния, патофизиологию аллергии.

Раздел воспалительный процесс посвящена вопросам: системные и локальные воспалительные реакции, механизмы ответа острой фазы.

Раздел патофизиология гемостаза включает понятие о гемостазе, методы оценки гемостаза, виды тромбоцитопении, виды тромбоцитопатии, тромбогеморрагический синдром, наследственные и приобретенные коагулопатии, гиперкоагуляционно-тромботические состояния, гипокоагуляционно-геморрагические состояния.