

Лабораторная работа № 3

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО ТИПА СЛОЖЕНИЯ.

ЦЕЛЬ РАБОТЫ

Знакомство с характерными пропорциями тела человека и типами сложения, характеризующими анатомофизиологические особенности.

Теоретическое введение

Уже при первом взгляде на человека видны особенности его индивидуального строения. В анатомии и физиологии имеется понятие о типах телосложения. Телосложение определяется генетическими (наследственными) факторами, влиянием внешней среды, социальными условиями. Выделяют три типа телосложения человека: мезоморфный, брахиморфный и долихоморфный.

При мезоморфном (греч. *mesos* — средний, *morphe* — вид, форма) типе телосложения (нормостеники) физиологические и анатомические особенности приближаются к усредненным параметрам «нормы» (с учетом возраста, пола и т. д.).

Для брахиморфного (греч. *brachys* - короткий) типа телосложения (гиперстеники) характерно преобладание поперечных размеров, упитанность, не очень высокий рост. Сердце относительно больших размеров расположено поперечно благодаря высоко стоящей диафрагме. Это приводит к укорочению легких; петли тонкой кишки расположены преимущественно горизонтально.

Лица долихоморфного (греч. *dolichos* — длинный) типа телосложения (астеники) отличаются стройностью, легкостью, преобладанием продольных размеров, относительно более длинными конечностями, слабым развитием мышц и жира, сравнительно тонкими узкими костями. Их внутренности опущены, диафрагма расположена ниже, поэтому легкие длиннее, а сердце расположено почти вертикально.

В табл. 1 приведены пропорции тела у людей разных типов телосложения.

Таблица 1. Характеристика пропорций тела
(по П. Н. Башкирову, 1937)

Тип телосложения	Относительные размеры частей тела, % к длине тела				
	Длина			ширина	
	туловище	нога	рука	плечи	таз
Долихоморфный	29,5	55,0	46,5	21,5	16,0
Мезоморфный	31,0	53,0	44,5	23,0	16,5
Брахиморфный	33,5	51,0	42,5	24,5	17,5

Рабочее задание

1. Внимательно прочитать данное методическое руководство.
2. Измерить размеры частей тела: длину туловища, ног и рук и ширину плеч и таза.
3. Рассчитать относительные размеры тела (% к длине тела).
4. Составить таблицу показателей пропорций Вашего тела.
5. Сделать вывод о типе Вашего сложения.
6. Оформить отчет по проделанной работе в соответствии с требованиями.
7. Ответить на контрольные вопросы, приведенные в конце данного методического руководства.

Требования к оформлению отчета по практической работе

Отчет должен содержать:

1. Название и цель практической работы.
2. Краткое описание методов работы.
3. Таблицу показателей пропорций Вашего тела.
4. Анализ полученных результатов и вывод о типе Вашего сложения.

Домашнее задание

1. Определить физиологический тип сложения родителей.

2. Проанализировать типы сложения родителей и ребенка и связать с наследственностью.

Контрольные вопросы

1. Какие типы сложения Вы знаете?
2. Какие анатомические и физиологические особенности характеризуют долихоморфный тип?
3. Какие анатомические и физиологические особенности характеризуют мезоморфный тип?
4. Какие анатомические и физиологические особенности характеризуют брахиморфный тип?