Вопросы для самоподготовки

(АФВ и ФР для лиц пожилого и старческого возраста)

1. Старение – понятие, периодизация.
2. Молекулярно-генетические теории старения
3. Теория свободных радикалов
4. Старение – это ошибка (теория)
5. Теория апоптоза
6. Теория соматических мутаций.
7. Теория бактериальной интоксикации организма.
8. Теломерная теория Оловникова
9. Основные критерии старения
10. Инволюционные физиологические процессы
11. Инволюционные психологические и когнитивные процессы
12. Инволюционные процессы органов чувств
13. Влияние физических упражнений на различные системы и органы человека в пожилом и старческом возрасте.
14. Основные критерии применения физических нагрузок в пожилом и старческом возрасте.
15. Задачи АФК в пожилом и старческом возрасте
16. Виды двигательной активности
17. Средства АФК в пожилом и старческом возрасте
18. Формы организации занятий АФК для лиц пожилого и старческого возраста.
19. Медицинская реабилитация в пожилом и старческом возрасте
20. Социальная реабилитация в пожилом и старческом возрасте
21. Профессиональная реабилитация в пожилом и старческом возрасте
22. Просветительская реабилитация в пожилом и старческом возрасте
23. Геронтологический уход
24. Бутуева, З. А.  Социальная геронтология : учебное пособие для вузов / З. А. Бутуева. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 174 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13735-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/496653 (дата обращения: 15.03.2022).
25. Гериатрия : учебник и практикум для вузов / С. Н. Пузин [и др.] ; под редакцией С. Н. Пузина. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 209 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15037-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/488285 (дата обращения: 15.03.2022).