

**Силабус курсу**  
**Анатомія людини з основами спортивної морфології**



Освітній ступінь – бакалавр  
Галузь знань: 01 Освіта /Педагогіка  
Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт  
Освітньо-професійна програма: «Фізична реабілітація»  
Кількість кредитів – 7. Ауд. роб. 30%/70%.  
Рік підготовки, семестр – 1 рік, I та II семестр  
Компонент освітньої програми: професійна підготовка (обов'язкова)  
Дні занять: понеділок-четвер 08.00 -14.05, ауд. 169  
Консультації: четвер 14.05, ауд. 169  
Мова викладання: українська

**Керівник курсу**

Кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри ТОМФВ  
Грубар Ірина Ярославівна

Контактна інформація: Hrubar @tnpu.edu.ua; тел.0969451876

**Опис дисципліни**

У системі підготовки фахівців з фізичного виховання анатомія людини є однією з фундаментальних наук серед дисциплін біологічного циклу, яка забезпечує студентів знанням об'єкту їх практичної діяльності.

Курс має практичне спрямування, що передбачає відповідний вибір форм, методів і засобів проведення занять.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є будова тіла людини, його органів і систем загалом та у взаємозв'язку з виконуваними функціями та морфофункціональними змінами в процесі філогенезу та онтогенезу.

Метою навчальної дисципліни «Анатомія людини з основами спортивної морфології» є дати студентам знання про будову організму людини з урахуванням його історичного розвитку, взаємозв'язку з зовнішнім середовищем, віковими та індивідуальними особливостями і тими змінами, що відбуваються в ньому у процесі занять фізичної культури і спортом.

**Навчальний контент**

Години (лек./лабор.)	Теми	Результати навчання	Завдання
<b>Змістовий модуль 1. Вступ. Структурна організація людського організму</b>			
2/4	Тема 1. Вступ. Клітинна будова організму людини	Знати предмет, мету і завдання курсу анатомія людини; значення анатомії у системі підготовки вчителя фізичної культури; методи анатомічного дослідження. Поняття про орган, систему органів і апарат; конституційні особливості організму та пропорції тіла спортсменів; структурну і функціональну організацію клітини.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання
2/4	Тема 2. Тканинна будова організму людини.	Знати структурну і функціональну організацію тканин; загальну характеристику та класифікацію тканин; епітеліальна тканина: будова, класифікація, функції; сполучна тканина: класифікація,	Навч. пос., Конспект лекцій Питання тести

		функції; м'язова тканина та нервова тканина: будова, класифікація, функції.	
<b>Змістовий модуль 2. Кісткова система</b>			
2/2	Тема 3. Загальна остеологія	Знати загальні дані про будову рухового апарату; значення та функції скелету; кістка як орган, форми, розвиток і ріст кісток. Вплив різних чинників на ріст та розвиток кісток. Сполучення кісток. Види сполучень. Структурні та адаптаційні зміни кісткової системи під впливом фізичних навантажень.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання тести
2/6	Тема 4. Скелет тулуба.	Знати будову хребетного стовпа, типового грудного хребця та шийних хребців: атланта та епістрофея. Особливості будови всіх інших шийних, грудних та поперекових хребців. Будову крижових і куприкових хребців. Кістки грудної клітки. Сполучення між кістками тулуба. Грудна клітка як ціле. Вплив фізичних навантажень на формування грудної клітки. Форми грудної клітки.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання
2/6	Тема 5. Скелет та суглоби вільної верхньої кінцівки.	Знати будову кісток плечового поясу. Сполучення між кістками плечового поясу. Будову кісток вільної верхньої кінцівки. Суглоби вільної верхньої кінцівки. Функціональне значення плечового поясу та вільної верхньої кінцівки.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання
2/6	Тема 6. Скелет та суглоби вільної нижньої кінцівки.	Знати будову кісток тазового поясу та сполучення тазового поясу. Кістки вільної частини нижньої кінцівки. Кістки стопи. З'єднання вільної нижньої кінцівки. Суглоби стопи. Стопа як ціле.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання
<b>Змістовий модуль 3. М'язова система</b>			
2/2	Тема 7. Загальна міологія	Знати значення м'язової системи. Будову м'яза, м'яз як орган. Допоміжний апарат м'язів. Класифікація та розміри м'язів. Поняття про силу та роботу м'язів. Розвиток та вікові особливості м'язів.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання тести
2/4	Тема 8. М'язи тулуба	Знати м'язи грудей та їх функції: поверхневі м'язи грудей; глибокі м'язи грудей, або власне дихальні м'язи. М'язи живота та їх функціональне значення: передні м'язи живота; бічні м'язи живота; задні м'язи живота.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання

0/2	Тема 9. М'язи спини	Знати поверхневі м'язи спини; Глибокі м'язи спини. Функціональні групи м'язів	Навч. пос., Конспект лекцій Питання
2/4	Тема 10. М'язи верхньої кінцівки	Знати м'язи плечового поясу. М'язи плеча: передні м'язи плеча; задні м'язи плеча. М'язи передпліччя: передні м'язи передпліччя; задні м'язи передпліччя. М'язи кисті.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання
2/6	Тема 11. М'язи нижньої кінцівки	Знати м'язи таза. Група великого вертлюга М'язи стегна (передні, задні, медіальні). Передні м'язи гомілки, їх топографія і функція. Задні м'язи гомілки, їх топографія і функція. Латеральна група м'язів гомілки. М'язи стопи. Функціональні групи м'язів суглобів нижньої кінцівки.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання
0/6	Тема 12. М'язи голови і шиї.	Знати жувальні м'язи. Особливості топографії мимічних м'язів та їх класифікація. Мимічні м'язи орбітальної, ротової і носової ямок. Поверхневі м'язи шиї. Передні м'язи шиї. Бічні і глибокі м'язи шиї. Функціональні групи м'язів, які згинають голову вперед і вбік.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання
<b>Змістовий модуль 4. Будова внутрішніх органів (спланхнологія)</b>			
2/4	Тема 13. Травна система	Знати загальну характеристику внутрішніх органів і травної системи. Будову ротової порожнини та її органів; глотку та її відділи. Макро-мікроскопічну будову стравоходу, шлунку; тонкої та товстої кишок і печінки. Вплив фізичних навантажень на травну систему.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання тести
2/2	Тема 14. Дихальна система.	Знати загальну характеристику органів дихання. Будову верхніх дихальних шляхів, гортані, трахеї та бронхів. Макро-мікроскопічну будову легень. Вікові особливості та вплив фізичних вправ на органи дихання.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання тести
0/2	Тема 15. Сечовидільна система	Знати загальну характеристику сечових органів. Макро та мікроскопічну будову нирки. Нефрон. Сечовидільні шляхи та їх статеві особливості. Вплив фізичних навантажень на сечову систему.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання тести

2/6	Тема 16. Залози внутрішньої секреції	Знати загальні відомості про залози внутрішньої секреції. Будову та функції щитоподібної залози. Паращитоподібну та вилочкову залози. Гіпофіз. Епіфіз. Надникові залози. Залози внутрішньої секреції та м'язова діяльність людини.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання тести
<b>Змістовий модуль 5. Будова серцево-судинної системи (ангіологія)</b>			
2/2	Тема 17. Будова серця.	Знати загальний огляд серцево-судинної системи: мікроциркуляторне русло; будову стінок судин; кола кровообігу. Будову серця: топографію та оболонки; камери та клапани; судини серця. Провідну систему серця. Спортивне серце.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання тести
2/2	Тема 18. Артерії великого і малого кола кровообігу.	Знати артерії великого кола кровообігу. Артерії голови, шиї та головного мозку. Артерії верхньої кінцівки. Артерії грудної та черевної аорти. Артерії таза та нижньої кінцівки. Артерії малого кола кровообігу.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання тести
2/6	Тема 19. Венозна та лімфатична система	Знати особливості венозної системи. Систему вен великого кола кровообігу. Загальну характеристику лімфатичної системи. Макро-мікроскопічну будову лімфатичного вузла. Макро-мікроскопічну будову селезінки. Вікові особливості судинної системи. Зміни у будові судинної системи під впливом фізичних навантажень.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання тести
<b>Змістовий модуль 6. Будова нервової і сенсорної систем</b>			
2/6	Тема 20. Спинний мозок. Провідні шляхи спинного мозку	Знати основні принципи будови і загальний огляд нервової системи. Будову спинного мозку Сіру і білу речовини спинного мозку. Провідні шляхи (висхідні і низхідні). Спинномозкові нерви.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання тести
4/6	Тема 21. Головний мозок	Знати загальну характеристику головного мозку. Відділи головного мозку. Оболонки і судини головного мозку. Будову головного мозку: Довгастий, задній мозок, міст, мозочок; Середній та проміжний мозок.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання тести
2/6	Тема 22. Великий мозок	Знати загальний огляд будови великого мозку. Зовнішню та внутрішню будову великих півкуль. Кору великого мозку. Лімбічну систему мозку. Білу речовину великого мозку.	Навч. пос., Конспект лекцій Питання тести

## Формування програмних компетентностей

Індекс в матриці ОП	Програмні компетентності
<b>ІК.</b>	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання у сфері фізичної культури і спорту та практичні проблеми, пов'язані з фізичною реабілітацією або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, фізичною реабілітацією та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
<b>ЗК 1.</b>	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
<b>ЗК 10</b>	Здатність бути критичним і самокритичним.
<b>ЗК 12.</b>	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
<b>СК 7.</b>	Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.
<b>ПРН 10.</b>	Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.
<b>ПРН 14.</b>	Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом, фізичною реабілітацією

### Літературні джерела

1. Анатомія людини: В двох томах. Т.1. Кравчук С.Ю.– Чернівці, 1998.– 296 с.
2. Анатомія людини: В двох томах. Т.ІІ. Кравчук С.Ю.– Чернівці, 1998.– 296 с.
3. Грубар І.Я. Навчальний посібник з курсу „Анатомія людини з основами спортивної морфології” для студентів І курсу факультету фізичного виховання (ілюстрований). – Тернопіль: ТНПУ, 2016. – 192с.
4. Дорохов Р.Н., Губа В.П. Спортивная морфология: Учебное пособие для высших и средних специальных заведений физической культуры. – М.: СпортАкадемПресс, 2002.– 236 с.
5. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Уч. Для ин-тов физ. Культуры.– Изд. 6-у /Под ред. Б.А. Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф.В. Судзиловского – : Терра-Спорт, 2003.– 624с.
6. Коляденко Г.Ш. Анатомія людини: Підручник.– К.: Либідь, 2001.– 384 с.
7. Людина: Навч пос. З анатомії та фізіології.– 2-ге оновлене видання.– Львів: В-во «БаК», 2002.– 240 с.
8. Мак-Комас А.Дж. Скелетные мышцы. – К.: Олимпийская литература, 2001. – 408с.
9. Савка В.Г. Спортивна морфологія: Методичний посібник.– Чернівці:ЧНУ, 2003.– 80 с.

10. Савка В. Г., Радько М. М., Воробйов О. О. та ін. Спортивна морфологія: Навчальний посібник /За редакцією Радько М.М. – Чернівці: Книги XXI, 2007.– 196с.
11. Свиридов О.І. Анатомія людини: Підручник /За ред. І.І.Бобрика.– К.: Вища школа, 2000.– 399 с.
12. Сергиенко Л.П. Генетика и спорт. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 170 с.
13. Трускавецький Є.С., Мельниченко Р.К. Гістологія з основами ембріології. – Житомир: В-во «Волинь», 2003.– 184 с.
14. Федонюк Я.І., Мицкан Б.М., Попель С.Л., та інші. Функціональна Анатомія: Підручник для навчальних закладів з фізичного виховання і спорту III та IV рівнів акредитації /За ред. Федонюка Я.І., Мицкана Б.М.– Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2007.– 552с.
15. Яковлєв В.О., Феник С.Й. Анатомія м'язової системи – Miologia /Навчальний посібник.– Тернопіль: В-во Тернопільського педуніверситету.– 2002.– 83 с.
16. Яковлєв В.О., Феник С.Й. Анатомія та еволюція нервової системи /Тернопіль: В-во Тернопільського педуніверситету.– 2000.– 82 с.

### Політика оцінювання

- **Політика щодо дедлайнів та перескладання:** Теми , які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (50% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності балів). Перескладання модулів відбувається на індивідуальних заняттях за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний або звільнення за заявою студента).
- **Політика щодо академічної доброчесності:** Списування під час письмових робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування та підготовки практичних завдань в процесі заняття.
- **Політика щодо відвідування:** Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання, за яке нараховуються бали. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, навчально- тренувальні збори, змагання) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

### Оцінювання

Остаточна оцінка за курс розраховується наступним чином

Види оцінювання I семестр	% від остаточної оцінки
Модуль 1 (теми 1-2) письмове опитування	18%
Модуль 2 (теми 3-6) усне опитування	34%
Модуль 3 (теми 7-12) усне опитування	48%
II семестр	
Модуль 4 (теми 13-16) усне опитування тести, завдання	24%
Модуль 5 (теми 17-12) усне опитування тести, завдання	20%
Модуль 6 (теми 17-12) усне опитування тести, завдання	30%
Підсумковий контроль (екзамен) – письмове опитування, тести.	13%

**До Силабусу також є розроблені матеріали навчально-методичного комплексу:**

- 1) Навчальний посібник з курсу « Анатомія людини з основами спортивної морфології ».
- 2) Тематика та зміст практичних робіт, рефератів, ІНДЗ.
- 3) Завдання для підсумкового контролю (екзаменаційні питання).
- 4) Електронний навчальний комплекс в системі MODLE.