

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
«ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»**



**Факультет фізичного виховання і спорту**

Кафедра теорії та методики фізичної культури

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Анатомія людини і спортивна морфологія**

Освітня програма «Середня освіта (Фізична культура)»

перший (бакалаврський) рівень

Спеціалізація (за наявності)

Спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура)

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри  
теорії та методики фізичної культури  
Протокол № 1 від “31” серпня 2021 р.

м. Івано-Франківськ – 2021

## **ЗМІСТ**

1. Загальна інформація
2. Опис дисципліни
3. Структура курсу
4. Система оцінювання курсу
5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу
6. Ресурсне забезпечення
7. Контактна інформація
8. Політика навчальної дисципліни

## 1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Анатомія людини і спортивна морфологія
Освітня програма	«Середня освіта (Фізична культура)»
Спеціалізація (за наявності)	
Спеціальність	014 Середня освіта ( Фізична культура)
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
Освітній рівень	бакалавр
Статус дисципліни	основна
Курс / семестр	1\1
Розподіл за видами занять та годинами навчання (якщо передбачені інші види, додати)	Лекції –30 год. Лабораторні заняття – 44 год. Самостійна робота – 106 год.
Мова викладання	українська
Посилання на сайт дистанційного навчання	<a href="http://www.d-learn.pnu.edu.ua">www.d-learn.pnu.edu.ua</a>

## 2. Опис дисципліни

<p>Мета дисципліни - вивчення будови людського тіла, що складає наукову основу розуміння процесів життєдіяльності здорового організму та його змін під впливом фізичних навантажень.</p>
<p>Цілі.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сформувати у студентів теоретичні знання та практичні навички щодо будови організму людини з урахуванням його вікових, статевих, індивідуальних та діяльнiсних особливостей у взаємозв'язку із впливом факторів зовнішнього середовища, в тому числі й фізичних навантажень.</li> <li>2. Розуміння студентами взаємозв'язку між будовою і функцією структур організму.</li> <li>3. Сформувати навичку розв'язувати комплексні проблеми у проведенні навчально-тренувального процесу під час занять з фізичної культури та секційних занять, що передбачає проведення анатомо-морфологічних дослідження та обґрунтування адекватності фізичних навантажень для школярів.</li> </ol>
<b>Компетентності</b>
<p><b>ЗК-1.</b> Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.  <b>ЗК-9.</b> Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p><b>ФК-1.</b> Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури, відповідно до вимог стандарту середньої освіти.  <b>ФК-2.</b> Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.  <b>ФК-6.</b> Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки</p>
<b>Програмні результати навчання</b>
<p><b>ПРН-2.</b> Знає та розуміє основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології,</p>

біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп; закони і принципи навчання рухових умінь і навичок.

**ПРН-5.** Знає вікові особливості та закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності.

**ПРН-10.** Знати синдроми поширених захворювань людини; виділяти причину, клінічну картину та засоби профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою; знати методи діагностики функціонального стану організму людини; гігієнічні норми та заходи у процесі занять фізичною культурою.

**ПРН-25.** Здатність засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

**ПРН-28.** Розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності, діалогу і співробітництва.

### 3. Структура дисципліни

№	Тема	Результати навчання	Завдання
1.	<b>Анатомія як наука, її предмет та завдання. Поняття про орган, систему органів, організм.</b>	<p>1.Знати предмет і завдання анатомії. Етапи розвитку анатомії. Поняття про норму й аномалію.</p> <p>2.Розуміти анатомічні терміни. Знати анатомічні площини (сагітальна, вертикальна і горизонтальна) та осі, їх характеристику та використання для опису частин тіла, кісток, рухів у суглобах.</p> <p>3. Розглянути рівні організації живого організму. Органи. Системи органів та апарати. Обґрунтувати суть фізіологічних та функціональних системи.</p> <p>4.Розуміти значення функціональної анатомії для фахівців фізичного виховання, тренера, ерготерапевта.</p> <p>5.Вміти застосувати знання про будову тіла людини у процесі фізичного виховання і спорту.</p> <p>6. Розбиратись в предметі і задачах спортивної морфології. Знати методи дослідження спортивної морфології; методи фізіологічних і біохімічних досліджень.</p> <p>7. Звернути увагу на загальнобіологічні основи адаптації організму до фізичних навантажень та значення морфофункціональних показників для спортивного відбору.</p>	<p>1.ДП+ПРЗ: -«Розвиток анатомії, як науки»; -«Методи дослідження в анатомії»; - «Поняття про саморегуляцію організму. Гомеостаз.»</p>
2.	<b>Морфологічна будова тіла людини.</b>	<p>1.Знати будову і склад клітини, основні й додаткові її елементи, їх функції.</p> <p>2. Розглянути типи тканин.</p> <p>3.Розуміти будову та функції</p>	<p>1. ДП+ПРЗ: «Пренатальний розвиток організму».</p>

		<p>епітеліальної тканини. Розрізняти види епітелію. Знати будову залоз.</p> <p>4. Вміти диференціювати види сполучної тканини. Знати групи сполучної тканини. Волокниста сполучна тканина. Кров. Лімфа. Хрящова тканина. Функції сполучної тканини.</p> <p>5. Розглянути будову кісткової та м'язової тканини. Знати будову та функції посмугової м'язової тканини і гладеньких м'язів.</p> <p>6. Розуміти будову нервової тканини. Знати будову та функції нейронів, нейроглії.</p>	<p>2.Замалювати в альбомі всі типи тканин.</p> <p>3. Навести приклади, з яких тканин побудовані органи.</p>
3.	<b>Вчення про кістки (Остеологія)</b>	<p>1. Знати будову і функції опорно-рухового апарату.</p> <p>2. Охарактеризувати кістку як орган. Знати хімічний склад кістки. Окістя та його функції.</p> <p>3. Вміти визначати форми кісток. Розуміти будову довгих трубчастих, плоских, коротких та змішаних кісток. Визначити функції кісток людини.</p> <p>4. Розглянути будову остеона.</p> <p>5. Охарактеризувати ріст кісток у довжину й ширину. Вікові особливості і ріст кісток. Фактори, що впливають на механічні властивості кісток.</p> <p>6. Описати відділи скелету.</p> <p>7. Пропальпувати можливі частини кісток на собі.</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. Зарисувати будову стегнової кістки, позначити діафіз, метафізи, епіфізи.</p> <p>3. Зарисувати будову остеона.</p>
4.	<b>З'єднання кісток (Артросиндесмологія)</b>	<p>1.Знати види з'єднання кісток тулуба, їх будову і функції. Неперервні і перервні з'єднання кісток.</p> <p>2. Розглянути основні та допоміжні елементи суглоба.</p> <p>3. Охарактеризувати прості, складні, комплексні і комбіновані суглоби. Оцінити суглоби тіла згідно даної класифікації.</p> <p>4. Хребетний стовп. З'єднання хребців.</p> <p>5. Оцінити фактори, що сприяють зміцненню суглоба.</p> <p>6. Вміти визначати активну, пасивну і резервну рухомість у суглобах та утворення, що зараховують до обмежувачів руху у суглобі.</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. Зарисувати види з'єднань кісток і суглобів (кулястий, сідлоподібний, циліндричний, виростковий, плоский, блокоподібний, чашоподібний, еліпсоподібний).</p>
5.	<b>Будова та з'єднання кісток черепа</b>	<p>1. Знати загальну будову черепа в цілому.</p> <p>2. Розглянути мозковий і лицевий відділи черепа. Будова кісток, що</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. ДП+ІПЗ:</p>

		<p>утворюють мозковий череп та лицевий череп.</p> <p>3. Охарактеризувати зовнішню і внутрішню будову основи черепа .</p> <p>4. Дати характеристику очниці та кісткової носової порожнини.</p> <p>5. Описати повітроносні кістки черепа та їх значення.</p> <p>6. Охарактеризувати конгрфорси, описати їх розташування та оцінити роль при заняттях окремими видами спорту.</p>	<p>«Вікові та статеві особливості будови черепа».</p> <p>3. Зарисувати лінії локалізації конгрфорсів черепа.</p>
6.	<b>Скелет тулуба</b>	<p>1. Провести загальну характеристика хребтового стовпа.</p> <p>2. Описати функції хребетного стовпа і грудної клітки. Вигини хребта.</p> <p>3. Розуміти будову хребців та особливості будови шийних, грудних, поперекових хребців. Будова крижової кістки і куприкових хребців. З'єднання хребців між собою.</p> <p>4. Охарактеризувати скелет грудної клітки. Справжні і несправжні ребра.</p> <p>5. Дослідити вплив занять спортом на розміри і рухомість грудної клітки.</p> <p>6. Знати вікові та індивідуальні особливості хребетного стовпа і грудної клітки та їх зміни під впливом фізичних навантажень.</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. ДП+ПРЗ: «Принцип сегментарності в будові осьового скелету».</p> <p>«Філо- і онтогенез хребта».</p> <p>3. Зарисувати будову грудної клітки спортсмена у різних видах спорту.</p>
7.	<b>Скелет кінцівок</b>	<p>1. Знати будову поясу верхньої кінцівки. Будова ключиці, лопатки.</p> <p>2. Охарактеризувати кістки вільної частина верхньої кінцівки та їх будову.</p> <p>3. Знати терміни скостеніння кісток верхньої кінцівки та варіанти та аномалії розвитку кісток верхньої кінцівки.</p> <p>4. Описати пояс нижніх кінцівок: будова кульшової кістки.</p> <p>5. Охарактеризувати вільну частину нижньої кінцівки: та їх будову.</p> <p>6. Розбиратись в склепінчастості будови стопи. Кістки поперечного і повздовжнього склепіння стопи. Вміти визначати види стопи: склепінчаста, нормальна, плоска.</p> <p>7. Визначити, як впливають фізичні навантаження і заняття фізичною культурою на будову кісток верхньої та нижньої кінцівки.</p> <p>8. Як впливають заняття різними</p>	<p>1. ДП+ПРЗ: «Вікові, статеві особливості будови кісток кінцівок».</p> <p>«Вплив фізичних навантажень і заняття фізичною культурою на будову кісток верхньої та нижньої кінцівок».</p>

		видами спорту на стопу і її будову.	
8.	<b>Загальна мієлогія.</b>	<p>1. Дати визначення м'яза, сухожилка, апоневроза.</p> <p>2. Знати зовнішню і внутрішню будову м'язів.</p> <p>3. Вміти провести класифікацію м'язів: за розвитком, топографією, формою, розмірами, напрямком м'язових волокон, функцією та ін.</p> <p>4. Розбиратись у допоміжному апараті м'язів: фасції, синовіальні піхви, синовіальні сумки, сесамоподібні кістки, сухожилкова дуга, м'язовий блок.</p> <p>5. Розбиратись у анатомічному і фізіологічному поперечнику м'язів, силі і роботі м'язів; мати поняття про важелі</p> <p>6. Розуміти, що таке активна і пасивна недостатність м'язів; м'язи синергисти, антагоністи, що таке односуглобові, багатосуглобові м'язи.</p> <p>7. Оцінити вплив на м'язову систему занять фізичною культурою і різними видами спорту.</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. Зарисувати будову поперечно-позмугованих і гладких м'язів.</p> <p>3. Зарисувати форми м'язів .</p> <p>4. ДР+ПРЗ: «Розвиток м'язів у філо- і онтогенезі».</p>
9.	<b>М'язи голови та ший.</b>	<p>1. Знати м'язи голови: жувальні і м'імичні. 2. Розбиратись в топографії жувальних м'язів та їх характеристиках.</p> <p>3. Знати м'язи обличчя, їх відмінність від інших скелетних м'язів.</p> <p>4. Розбиратись в топографії м'імичних м'язів та їх характеристиках.</p> <p>5. Вміти визначати фасції голови та їх топографію.</p> <p>6. Знати м'язи ший: поверхневі, середні і глибокі, їх характеристики. Фасції ший: і їх анатомо-топографічна класифікація.</p> <p>7. Розуміти, які м'язи забезпечують рухи голови.</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. На стандартних схемах розфарбувати і підписати м'язи і фасції голови та ший.</p> <p>3. Виписати м'язи, що забезпечують рухи голови вліво, вправо, вгору, вниз, повертають в сторони, по діагоналі, здійснюють кругові оберти голови.</p>
10.	<b>М'язи тулуба</b>	<p>1. Знати класифікацію м'язів тулуба за топографією, розвитком, формою та їх функції.</p> <p>2. Розбиратись в сегментарній будові м'язів тулуба.</p> <p>3. Знати м'язи спини: поверхневі і глибокі, їх характеристики та функції.</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. На стандартних схемах розфарбувати і підписати м'язи</p>

		<p>Грудо-поперекова фасція.</p> <p>4. Дослідити м'язи грудної клітки: поверхневі і глибокі, їх характеристики. Грудна фасція, внутрішньогрудна фасція, її функції.</p> <p>5. Розуміти, які м'язи відносяться до передньої, бічної і задньої стінок живота, їх характеристика. Фасції живота.</p> <p>6. Дати морфологічну і функціональну характеристику м'язів черевного преса; білої лінії живота і піхви прямого м'яза живота, їх функцій. Пупкове кільце. Пахвинний канал.</p> <p>7. Оцінити будову, топографію і значення діафрагми в процесі дихання та формуванні внутрічеревного тиску.</p>	<p>тулуба.</p> <p>3. Виписати:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- м'язи, що згинають шийний і поперековий відділи хребта та розгинають його;</li> <li>- м'язи, що забезпечують нахили хребта убік і його скручування;</li> <li>- м'язи, що беруть участь в актах вдиху і видиху та основні, додаткові і опосередковані дихальні м'язи;</li> <li>- м'язи черевного преса, що забезпечують перехід з положення лежачи на спині в положення сидячи.</li> </ul>
11.	<p><b>М'язи верхньої та нижньої кінцівок</b></p>	<p>1. Розглянути м'язи поясу верхньої кінцівки. Топографія м'язів плеча, передпліччя, кисті: класифікація, характеристика. Визначити функції двоголового і триголового м'язів плеча.</p> <p>2. Розуміти значення фасції передпліччя та кисті, каналів зап'ястка, синовіальної піхви сухожилків м'язів-згиначів, синовіальної сумки.</p> <p>3. Розглянути м'язи поясу нижньої кінцівки: стегна, гомілки, стопи: їх характеристика.</p> <p>4. Розуміти роль фасцій поясу нижньої кінцівки: тримачі м'язів-розгиначів, тримачі м'язів-згиначів, тримачі малогомілкових м'язів; синовіальні сумки та синовіальні піхви м'язів нижньої кінцівки.</p> <p>5. Визначити механізми, що підтримують склепіння стопи: затяжки стопи, пасивні (зв'язки) та активні (м'язи).</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. На стандартних схемах розфарбувати і підписати м'язи тулуба.</p> <p>3. Виписати:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- м'язи, що забезпечують рухи в ліктьовому суглобі, навколо його осей;</li> <li>- м'язи, що згинають і розгинають кисть, забезпечують її відведення і приведення кисті; визначити суглоб і вісь, навколо якої ці рухи відбуваються.</li> </ul>



12.	<b>Специфічні особливості будови та функції опорно-рухового апарату людини</b>	<p>1. Проаналізувати основні положення і рухи тіла людини (стояння, ходіння, біг, стрибки).</p> <p>2. Оцінити вікові, статеві та індивідуальні особливості скелетних м'язів. Вплив спорту, фізичних навантажень, діяльності, соціальних та екологічних чинників на будову скелетних м'язів, тулуба і кінцівок.</p> <p>3. Розглянути біомеханіку і координацію рухів: рухи шиї та голови, рухи тулуба, рухи вільної верхньої кінцівки, рухи нижньої кінцівки.</p> <p>4. Провести порівняльний аналіз специфічних особливостей будови опорно-рухового апарату людини, що відрізняють його від тварин.</p> <p>5. Дати оцінку віковим особливостям м'язової системи.</p> <p>6. Провести оцінку перебудови м'язів під впливом статичних і динамічних навантажень.</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. ДП+ПРЗ: «Відмінні риси будови опорно-рухового апарату людини, набуті у зв'язку з прямоходінням».</p>
13.	<b>Анатомія спинного мозку. Периферична нервова система</b>	<p>1. Визначити роль нервової системи в організмі; її значення для інтеграції у встановленні взаємозв'язків організму у внутрішньому та зовнішньому середовищі.</p> <p>2. Провести класифікацію нервової системи за топографічним принципом (центральну і периферійну нервову систему) та за анатомо-функціональним принципом (соматичну і вегетативну нервову систему).</p> <p>3. Розуміти загальний принцип будови нейрона. Морфологічна і функціональна класифікації нейронів. Рефлекторна дуга.</p> <p>4. Розрізняти будову і функції сірої і білої речовини ЦНС. Назвати нервові вузли, нервові волокна, нервові пучки, корінці.</p> <p>5. Розбиратись у топографії спинного мозку, його зовнішній та внутрішній будові, сегментарній будові спинного мозку, будові задніх, бічних і передніх рогів спинного мозку, утворенні стовбура спинномозкового нерва, оболонки спинного мозку. Знати вікові особливості будови спинного мозку.</p> <p>6. Дослідити периферичну нервову</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. Зарисувати: - будову нейрона; - загальний план будови нерва. -рефлекторну дугу; -будову спинного мозку в поперечному розрізі.</p> <p>3. Записати: -співвідношення між хребцями і сегментами спинного мозку (правило Шипо); - загальні закономірності іннервації; - зв'язок спинномозкових нервів з вегетативною нервовою системою.</p>

		<p>систему: нерви, нервові вузли, нервові сплетення, нервові закінчення; будову спинномозкового нерва, грудних та міжребрових нервів.</p> <p>7. Розбиратись у джерелах утворення, топографії, гілках, ділянках іннервації шийного, плечового, поперекового, крижового та куприкового сплетення джерела утворення, топографія, гілки, ділянки іннервації.</p>	
14.	<b>Анатомія головного мозку.</b>	<p>1. Дослідити відділи головного мозку: великий мозок, мозочок, стовбур головного мозку, середній, проміжний і кінцевий мозок.</p> <p>2. Знати будову півкуль великого мозку та морфологічні основи динамічної локалізації функцій в корі півкуль великого мозку.</p> <p>3. Розглянути провідні шляхи – центральної нервової системи: висхідні (аферентні) та низхідні (еферентні) провідні шляхи. Пірамідна та екстрапірамідна рухова система.</p> <p>4. Розрізняти оболонки головного і спинного мозку та міжоболонкові простори і їх вміст. Утворення і шляхи циркуляції спинномозкової рідини.</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. На стандартних схемах розфарбувати і підписати ділянки головного мозку.</p> <p>3. Виписати функції великого мозку, мозочка, стовбура головного мозку, довгастого мозку, середнього, переднього та проміжного мозку.</p>
15.	<b>Вегетативна нервова система</b>	<p>1. Знати загальні закономірності будови і функції автономної частини нервової системи (вегетативної та соматичної нервової системи) і вегетативної нервової системи.</p> <p>2. Провести диференціацію симпатичної і парасимпатичної частин вегетативної нервової системи: морфологічні, функціональні відмінності.</p> <p>3. Оцінити будову та функції симпатичної частини вегетативної нервової системи. Об'єкти іннервації.</p> <p>4. Розуміти будову і функції парасимпатичної частини вегетативної нервової системи, зони та об'єкти іннервації.</p> <p>5. Дати загальну характеристику черепних нервів. Спільні риси і відмінності будови черепних і спинномозкових нервів. Класифікація черепних нервів за функцією (рухові, чутливі, змішані). Анатомія черепних</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. Зарисувати та записати морфологічні відмінності будови рефлекторної дуги соматичної нервової системи і вегетативної нервової системи та їх функцій.</p> <p>3. Позначити на стандартній схемі центри вегетативної нервової системи в головному і спинному мозку</p>

		нервів: ядра, їх локалізація, вихід нерва із мозку.	
16.	<b>Сенсорні системи.</b>	<p>1. Розглянути вчення про рецептори. Екстерорецептори, інтерорецептори, пропріорецептори, механорецептори, хеморецептори, осморецептори, терморецептори їх характеристика.</p> <p>2. Знати рецептори та морфологічні утворення шкіри: болювої, тактильної чутливості, тільця Мейснера, Фатера-Пачіні, Руфіні, колби Краузе, голі нервові закінчення</p> <p>3. Розібратись в будові та функції ока та його діяльності як сенсорної системи.</p> <p>4. Ознайомитись з будовою та функцією органа слуху та рівноваги.</p> <p>5. Орган нюху – носова порожнина, носові раковини, нюхові клітини.</p> <p>6. Описати склад та функції органу смаку (язик та сосочки)</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. Розписати участь кожної сенсорної системи у основних рухових локомоціях (стоянні, ходінні, сидінні, зміні положення тіла і т.д.)</p>
17.	<b>Внутрішнє середовище організму. Кров. Лімфа.</b>	<p>1. Знати про внутрішнє середовище організму, його склад і функції. Гомеостаз, його підтримання і регуляція.</p> <p>2. Розуміти, що таке міжклітинна рідина, її склад і функції.</p> <p>3. Розбиратись у лімфатичній системі та її функціях. Знати склад лімфи. Циркуляція лімфи в організмі.</p> <p>4. Вивчити будову лімфатичної системи. Вміти показати на муляжі лімфатичні вузли, їх локалізацію.</p> <p>5. Дати характеристику складу крові: плазми та формених елементів крові. Розбиратись в будові і функції еритроцитів; будові і функції лейкоцитів; будова і функції тромбоцитів.</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. Користуючись атласом та муляжем ознайомитись з будовою лімфатичних судин і вузлів частин тіла людини та пропальпувати їх у себе.</p> <p>3. Зарисувати будову еритроцита, лімфоцита та ін.</p> <p>4. Виписати білки крові і їх функції.</p>
18.	<b>Анатомія серцево-судинної системи.</b>	<p>1. Розбиратись в загальні принципи будови і функції серцево-судинної системи.</p> <p>2. Вивчити анатомічну будову серця: будова стінок, камер, клапанів. Серцеві судини.</p> <p>3. Розібратись у провідній системі серця: пазушно-передсердний вузол (Кіса – Флека), передсердно-шлуночковий вузол (Ашофа – Тавара), пучок Гіса, волокна Пуркінє.</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. На муляжі розглянути будову серця і зарисувати його стінки (перикард, епікард, міокард, ендокард, камери серця, праве і ліве</p>

		<p>4. Дослідити компоненти судинної частини серцево-судинної системи: артерії, вени, капіляри, судини гемомікроциркуляторного руслу (артеріоли, капіляри і венули).</p> <p>5. Знати анатомічну будову великого і малого кіл кровообігу.</p> <p>6. Розбиратись у топографії аорти, підключичних артеріях, артеріях верхньої і нижньої кінцівок та зонах їх кровопостачання.</p> <p>7. Вміти провести анатомічну класифікацію вен (верхня і нижня порожнисті, непарна, ворітна і т.д.) та класифікацію вен за будовою стінки та локалізацією. Венозні сітки, венозні сплетення.</p>	<p>передсердя, правий і лівий шлуночки, клапани серця (тристулковий, двостулковий, півмісяцеві).</p> <p>3. Замалювати кола кровообігу та будову кровонесних судин.</p>
19.	<b>Анатомія дихальної системи.</b>	<p>1. Розібрати будову дихальної системи: носова порожнина, пазухи повітроносних кісток, гортань, відділи, хрящі гортані, голосові зв'язки, голосова щілина, м'язи гортані.</p> <p>2. Дослідити будову трахеобронхіального дерева: трахея, головні, часткові, сегментні бронхи, бронхіоли, альвеолярний хід, альвеола. ацинус.</p> <p>3. Розуміти загальну будову легень, відмінності правої і лівої легені. Сегментарна будова легень. Поверхні легень. Ворота (корінь) легень.</p> <p>4. Знати, що таке плевра, листки плеври, плевральна порожнина, синуси плевральної порожнини.</p> <p>5. Дати визначення середостіння. Органи переднього і заднього середостіння.</p> <p>6. Визначити, як відбувається газообмін в легенях. Знати про показники частоти дихання у спокої та при навантаженнях, ЖЄЛ.</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. На муляжах, в атласах розглянути будову органів дихання: носа, трахеї, головних бронхів, плеври, бронхіального дерева, легень</p> <p>3. Схематично зарисувати будову легень та ацинуса.</p>
20.	<b>Анатомія травної системи.</b>	<p>1. Знати будову травної системи: ротова порожнина, глотка та її відділи, стравохід та його відділи, шлунок, відділи шлунка,</p> <p>2. Розбиратись у відділах і функціях кишківника: тонка кишка, дванадцятипала кишка, порожня кишка, клубова кишка, товста кишка та її відділи, пряма кишка, її відділи, сфінктер прямої кишки. Функція окремих відділів шлунково-кишкового</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. Користуючись муляжами, атласом вивчити будову та функції органів травної системи.</p> <p>3. Описати будову і функції печінки</p>

		<p>тракту.</p> <p>3. Дослідити анатомічну будову печінки, її ворота, зв'язки. Внутрішня будова печінки: гепатоцити, печінкова балка, печінкова часточка.</p> <p>4. Розібрати жовчовивідні протоки: печінкові протоки, загальна печінкова протока, загальна жовчна протока, сфінктер Одді, жовчний міхур, міхурова протока.</p> <p>5. Знати анатомічну будову підшлункової залози, кровопостачання, протока Вірсунга. Розуміти суть зовнішньо секреторної та ендокринної функції підшлункової залози.</p>	<p>та підшлункової залози.</p> <p>4. Схематично зарисувати травний канал.</p>
21.	<b>Анатомія ендокринної системи.</b>	<p>1. Дати визначення і провести класифікацію залоз внутрішньої секреції (ендокринних залоз), Мати оняття про гормони, їх будову, функцію, механізм дії. Відмінності ендокринних залоз від залоз внутрішньої секреції.</p> <p>2. Розібрати анатомічну будову та функції щитоподібної залози, загрудинної (вилочкової) залози та парашитовидних залоз, їх гормони.</p> <p>3. Дослідити анатомічну будову та функція наднирників. Гормони кори та мозкового шару.</p> <p>4. Розібрати анатомічну будову та функції гіпофіза: аденогіпофіз, гормони; нейрогіпофіз, гормони; проміжна доля гіпофізу, гормони.</p> <p>5. Ознайомитись з анатомічною будовою та функціями епіфіза (шишкоподібного тіла) та його гормонами.</p> <p>6. Анатомічна будова та ендокринна функція підшлункової залози, гормони: інсулін, глюкагон, соматостатин.</p> <p>7. Дослідити анатомічну будову та функції чоловічих і жіночих статевих залоз і їх гормонів.</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. Вміти показати на муляжі залози внутрішньої секреції.</p> <p>3. Скласти таблицю: залоза внутрішньої секреції – гормони, які вона виробляє – функції гормона в організмі.</p>
22.	<b>Анатомія сечостатевої системи.</b>	<p>1.Знати анатомічну будову сечовидільної системи: сечовід, сечовий міхур, сечівник.</p> <p>2. Розбиратись у макро- і мікроскопічній будові нирки, утворенні сечі: первинна і вторинна сеча.</p> <p>3. Провести анатомічний розбір</p>	<p>1. Записати базові терміни з даної теми до словника.</p> <p>2. Використовувати муляжі, атласи та 3D програми ознайомитись з</p>

	зовнішніх та внутрішніх чоловічих статевих органів: яєчко, придаток яєчка, сім'явиносна протока, пухирчаста залоза, передміхурова залоза (простата), цибулинно-сечівникова (Куперова) залоза, їх будова, функція. Зовнішні чоловічі статеві органи: статевий член, калитка, їх анатомічна будова. 4. Дослідити будову зовнішніх і внутрішніх жіночих статевих органів та процеси овуляції, менструації та ін. Молочна залоза.	будовою і функціями сечовидільної і статевої систем.
--	--	--

#### 4. Система оцінювання курсу (екзамен)

Накопичування балів під час вивчення дисципліни	
Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Практичне заняття/семінарське/лабораторне	44
Самостійна робота	3
Індивідуальне завдання	3
Екзамен	50
Максимальна кількість балів	100

#### 5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу

Види навчальної роботи	Заняття														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Семінарські/ Практичні/ Лабораторні з-тя	2*	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Самостійна р-та															
Індивідуальні завдання															

Види навчальної роботи	Заняття								ІЗ	СР	Разом
	16	17	18	19	20	21	22				
Семінарські/ Практичні/ Лабораторні з-тя	2	2	2	2	2	2	2				44
Самостійна р-та									3**		3
Індивідуальні завдання										3**	3
<b>Екзамен</b>											<b>50</b>
<b>Всього</b>											<b>100</b>

Прим. \* - ваговий коефіцієнт 0,02 ( $100 \cdot 0,02 = 2$ )

\*\* - ваговий коефіцієнт 0,03 ( $100 \cdot 0,03 = 3$ )

Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою: письмове домашнє завдання (30 балів), розбір домашнього питання (20 балів), тестування (20 балів), доповнення (10 балів), участь в дискусії (10 балів), інші види діяльності (10 балів).

Оцінювання тестових завдань проводиться наступним чином: за наявності 85% і більше правильних відповідей – «відмінно»; 70% – «добре»; 60% - «задовільно». При наявності менше 60% правильних відповідей – «незадовільно» з обов'язковою наступною перездачею.

На лабораторному занятті максимально можливо отримати 2: отримані бали множать на ваговий коефіцієнт 0,02.

Максимальна сума балів, яку можна отримати за практичні заняття - 44.

За самостійну роботу можна отримати максимально 3 балів: для цього отриману суму балів (за 100 – бальною шкалою) множать на ваговий коефіцієнт 0,03. Оцінка самостійної роботи проводиться у вигляді тестування.

За виконання індивідуального завдання можна отримати максимально 3 балів: отримані бали множать на ваговий коефіцієнт 0,03.

Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:

- **90-100 балів** – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань.
- **70-89 балів** – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні граматичні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.
- **50-69 балів** – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві граматичні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.
- **Менше 50 балів** – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість граматичних помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.

## 6. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Мультимедіа (відеофайли, рисунки, схеми), муляжі органів, муляж скелету людини, анатомічні препарати органів і тканин.
Література:	

### Основна

1. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія ( з основами вікової морфології ) : навч. посіб. / Гриньків М. Я., Вовканич Л. С., Музика Ф. В. Львів : ЛДУФК, 2015. 304 с.
2. Коляденко Г. Анатомія людини. К.: Либідь, 2001. 384 с.
3. Мицкан Б.М., Федонюк Я.І., Попель С.Л. та ін. Функціональна анатомія. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2008. 552 с.
4. Музика Ф.В., Баранецький Г.Г., Вовканич Л.С., Гриньків М.Я., Маєвська С.М., Малицький А.В. Спортивна морфологія. Навчально-методичний посібник до лабораторних занять. Львів, Сполом, 2008. 78 с.
5. Сапин М.Р., Никитюк А.Б. Анатомия человека: в 3-х т. Элиста: АПП «Джангар», 1998. – Т.1. 416. с., Т.2. 410 с., Т.3. 528 с.
6. Свиридов О.І. Анатомія людини. – К.: Вища школа, 2000. – 399 с.
7. Синельников Р.Д. Атлас анатомии человека. – М.: Медицина, 2004, т.І, т.ІІ, т.ІІІ, т.ІV.
8. Торстен Герке. Спортивная анатомия. Перекладач Сергій Борич. Минск: Попурри, 2016. 272 с.

### Додаткова

9. Анатомія та фізіологія з патологією //За ред Я.І.Федонюка. Тернопіль: Укрмедкнига, 2001. – 680 с.
10. Воробьев В.П. Атлас анатомии человека. Мн.Харвест, 2000. 1472 с.
11. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. М.: ФиС,1995. – 537 с.
12. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии). – М.:Терраспорт, 2003. – 624 с.
13. Козлов В.И., Гладышева А.Л. Основы спортивной морфологии. – М.:ФиС, 1977. – 103с.
14. Мак-Комас А.Дж. Скелетные мышцы. – К.: Олимпийская литература, 2001. – 408 с.
15. Мартиросов Э.Г. Методы исследования в спортивной антропологии. – М.: ФиС, 1981. – 199 с.
16. Міжнародна анатомічна номенклатура /за редакцією Бобрика І.І., Ковешнікова В.Г. – К.: Здоров'я, 2001. – 328 с.
17. Неттер Ф. Атлас анатомії людини. – Львів: Видавничий дім Наутітус, 2004. – 592с.
18. Никитюк Б.А., Гладышева А.А. Анатомия и спортивная морфология. – М.: ФиС, 1999. – 175 с.
19. Никитюк Б.А. Интегративные подходы в возрастной и спортивной антропологии / РАН Институт психологии. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1999. – 219 с.
20. Привес М.Г., Лысенков Н.К., Бушкевич В.И. Анатомия человека. – Санкт-Петербург: Издательский дом СПб МАПО, 2004. – 720 с.
21. Самусев Р.П. Атлас анатомии человека . – М.: ОНИКС 21 век; Мир и образование, 2003. – 320 с.
22. Туманян Г.С., Мартиросов Э.Г. Телосложение и спорт. – М.: ФиС, 1976. 240 с.
23. Frank H., Netter M.D. Atlas of human anatomy. – New Jersey, 1994. – 514 p.

## 7. Контактна інформація

Кафедра	Кафедра теорії та методики фізичної культури м. Івано-Франківськ, вул. Шевченка, 57 каб. 407 тел. +38(0342) 59-60-19 <a href="https://ktmfks.pnu.edu.ua/">https://ktmfks.pnu.edu.ua/</a> e-mail: <a href="mailto:ktmfks@pnu.edu.ua">ktmfks@pnu.edu.ua</a>
Викладач	Білоус Ірина Василівна Кандидат медичних наук, доцент



Контактна інформація викладача	Ваш діючий номер мобільного телефону +38(099)6646361 Ваша корпоративна пошта <a href="mailto:iryna.bilous@pnu.edu.ua">iryna.bilous@pnu.edu.ua</a>
--------------------------------	---

Академічна доброчесність	<p>Дотримання академічної доброчесності засновується на ряді положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <a href="#">Кодекс честі ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі студентів ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника».</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника».</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату у ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника».</a></li> <li>➤ <a href="#">Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника».</a></li> <li>➤ <a href="#">Лист МОН України «До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності».</a></li> </ul> <p>Ознайомитися з даними положеннями та документами можна за посиланням: <a href="https://pnu.edu.ua/положення-про-запобігання-плагіату/">https://pnu.edu.ua/положення-про-запобігання-плагіату/</a></p>
Пропуски занять (відпрацювання)	<p>Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується у відповідності до <a href="#">«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти ДВНЗ «Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019 р.; із внесеними змінами наказом № 212 від 06.04.2021 р.)</a> (див. стор. 4.).</p> <p>Ознайомитися з положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a> <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/118/2021/04/isinuvannia_nove2.pdf">https://nmv.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/118/2021/04/isinuvannia_nove2.pdf</a></p>
Виконання завдання пізніше встановленого терміну	<p>У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, регламентується у відповідності до <a href="#">«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти ДВНЗ «Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019 р.; із внесеними змінами наказом № 212 від 06.04.2021 р.)</a> » – стор. 4-5.</p> <p>Ознайомитися із положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>
Невідповідна поведінка під час	Невідповідна поведінка під час заняття регламентується рядом положень про академічну доброчесність (див. вище) та може призвести до

заняття	відрахування здобувача вищої освіти (студента) «за порушення навчальної дисципліни і правил внутрішнього розпорядку вищого закладу освіти», відповідно до п.14 «Відрахування студентів» <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">«Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти»</a> – ознайомитися із положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a>
Додаткові бали	Отримання додаткових балів за дисципліною можливе в разі виконання індивідуальних завдань, попередньо узгоджених з викладачем. Перелік індивідуальних завдань міститься у навчальній програмі до курсу. Також за рішенням кафедри студентам, які брали участь у науково-дослідній роботі (роботі конференцій, студентських наукових гуртків та проблемних груп, підготовці публікацій), а також були учасниками олімпіад, конкурсів, можуть присуджуватися додаткові бали <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника” (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019 р.: із внесеними змінами наказом № 212 від 06.04.2021 р.)</a> – стор. 3. Ознайомитися із положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a>
Неформальна освіта	Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">«Положенням про порядок зарахування результатів неформальної освіти у ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора №819 від 29.11.2019)</a> – <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a>

**Викладач: Білоус І.В.**