

Міністерство освіти і науки України
Полтавський державний педагогічний університет імені В.Г.Короленка
Факультет фізичного виховання
Кафедра біологічних основ фізичного виховання

АНАТОМІЯ ЛЮДИНИ З ОСНОВАМИ СПОРТИВНОЇ МОРФОЛОГІЇ

Робоча навчальна програма
Для студентів 1 – 2 курсу, факультету фізичного виховання
0102 для спеціальності 6010201

Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини

Розробник: к. мед. н., доцент, Харченко О.В.

Полтава – 2007 – 2008 н.р.

УДК 611: [612.017:796.015](072.2)

ББК 28.860 Я 73 + 75.02 Я 73

X20

Робоча навчальна програма з «анатомії людини з основами спортивної морфології» для студентів 1- 2 курсів факультету фізичного виховання 0102 спеціальності 6010201 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини»
/Упорядник О.В.Харченко.
Полтава ПДПУ, 2007. – 46с.

Рекомендовано до друку вченою радою Полтавського державного педагогічного університету імені В.Г.Короленка, протокол № від 1.XI.2007р.

Рецензенти: О.О Шерстюк – доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри анатомії людини ВДНЗ України УМСА
В.М.Закалюжний – кандидат геолого-мінералогічних наук, доцент, завідувач кафедри біології людини і тварин ПДПУ ім. В.Г.Короленка.

1. Загальні положення.

1.1. Мета і завдання вивчення дисципліни.

Мета курсу анатомії – оволодіння педагогами з фізичного виховання знаннями, які б сприяли формуванню гармонійної особистості учнів, зміцненню та збереженню їх здоров'я.

Завдання курсу – детально оволодіти будовою тіла.

Найперша потреба людини – збереження її життя і здоров'я. Відсутність хвороб, фізичних дефектів – неодмінна умова людського щастя, всебічного розвитку особи, відчуття повноти життя. Здоров'я дає людині змогу вчитися, працювати, займатися спортом. Водночас здоров'я населення – це народне надбання, важлива умова розвитку суспільства.

Щоб зберегти здоров'я треба знати свій організм, процеси, які відбуваються в ньому. Основна увага приділяється вивченню опорно-рухового апарату як основній системі руху та переміщення людини.

Оволодівши будовою тіла людини, майбутні вчителі фізичного виховання зможуть за допомогою фізичних вправ керувати пропорції тіла, зміцнювати певні групи м'язів, формувати правильну поставу.

1.2. Анатомія людини з основами спортивної морфології

Загальна кількість годин – 162

Загальна кількість кредитів – 3

Обов'язкова дисципліна

Семестри I – III

Лекції – 64

Лабораторні заняття – 44

Самостійна робота – 54

Індивідуальна робота –

Кількість змістових модулів – 3,

Назви модулів:

1. Модуль: **Опорно – руховий апарат**
2. Модуль: **Органи та системи організму**
3. Модуль: **Спортивна морфологія**

Вид контролю – (залік – I, модульний контроль – II, екзамен – III)

1.3. Форми контролю: поточний, модульний, підсумковий.

1.4. Шкала оцінювання.

За шкалою ECTS	За національною шкалою	За шкалою навчального закладу
A	відмінно	90 - 100
BC	добре	75 – 89
DE	задовільно	60 – 74
FX	незадовільно з можливістю повторного складання	35 – 59
F	Незадовільно з обов'язковим повторним курсом	1 – 34

1.5. Критерії оцінювання знань.

Оцінки - А, або “відмінно”, 90 – 100 балів - заслуговує студент, який виявив всебічні, ґрунтовні знання навчального матеріалу, дав повну, правильну відповідь на запитання, виявив творчий рівень у використанні теоретичного матеріалу на практиці.

Оцінки – BC, або “добре”, 75 – 89 балів - заслуговує студент, який дав правильну, але не повну відповідь на запитання, виявив локально-моделюючий та адаптивний рівень оволодіння вміннями використовувати теоретичний матеріал на практиці.

Оцінки – DE, або “задовільно” – 60 – 74 балів - заслуговує студент, який дав правильну не повну відповідь на два запитання, виявив знання основного навчального матеріалу в необхідному для подальшого навчання і майбутньої роботи за професією обсязі, виявив репродуктивний рівень оволодіння вміннями використовувати теоретичний матеріал на практиці.

Оцінка – FX, або “незадовільно” – 35 – 59 балів - виставляється студенту, який у відповідях на питання виявив прогалини у знаннях основного навчально-програмового матеріалу, припустив принципових помилок у висвітленні відповідей на питання, дав неповну відповідь на запитання №1 чи не висвітлив її стосовно запитання №2,3, або дав неправильну відповідь на запитання №1,2,3 і ін. виявив низький рівень оволодіння вміннями використовувати теоретичний матеріал на практиці.

Оцінка – F, 1 – 34 балів – заслуговує студент, який знає окремі назви, але не володіє як теоретичним, так і практичним матеріалом.

Оцінка на заліку “**зараховано**” виставляється студенту який виявив знання основного навчального матеріалу в необхідному для подальшого

навчання і майбутньої роботи за професією обсязі. Виявив достатній рівень оволодіння вміннями використовувати теоретичний матеріал на практиці.

Оцінка на заліку “не зараховано” виставляється студенту, який не виявив необхідного рівня знань основного навчального матеріалу. Виявив низький рівень оволодіння вміннями використовувати теоретичний матеріал на практиці.

- 1.6. Рекомендації для студентів щодо опрацювання змістових модулів, індивідуальної та самостійної роботи, оформлення звітної документації, організації навчального процесу.

Уважно прочитати методичні рекомендації для самостійних робіт з даної дисципліни, які мають за мету:

- Допомогти студентам опанувати методи самостійного науково-методичного аналізу відповідних тем.
- Сформулювати вміння:
 - а) пояснити на сучасному рівні морфологічні зміни;
 - б) засвоїти на основі отриманих знань основні поняття анатомії, та спортивної морфології.

В рекомендаціях з даного предмету сформульовані мета і алгоритм навчальних тем. Кожній темі передують анотація, в якій сформульовані основні теоретичні питання. В кінці кожної теми надано перелік питань для самопідготовки і надані літературні джерела.

2. Зміст модулів.

Модуль 1. Опорно – руховий апарат.

Лекції

№	Тематика	Кількість годин	Література	Обладнання	Кількість балів
1.	Вступ	2	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Альбом	2
2.	Скелет та його сполучення	16	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	12
3.	М'язова система	16	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	12

ТЕМА 1.

ВСТУП

Анатомія - наука про форму, будову й становлення організму людини. Місце анатомії в системі біологічних наук. Сучасні методи анатомічного дослідження. Етапи розвитку анатомічних знань.

Вітчизняні анатоми XVIII-XX ст. і їх вклад в анатомічну науку. Українська школа анатомів. Поняття про вікову анатомію. Значення знання вікової анатомії для майбутніх вчителів. Роль курсу анатомії в підготовці вчителя фізичного виховання. Визначення понять "орган", "система органів", "апарат", "організм як ціле". Осі та площини тіла. Анатомічна номенклатура.

ТЕМА 2.

Скелет та його сполучення (Остеологія та артросиндесмологія). Скелет як частина опорно-рухового апарата. Кістка як орган. Будова кісток, їх форма. Окістя і його значення в живленні кісток. Щільна і губчаста речовини та їх значення. Кістковий мозок. Кісткова тканина, остеон. Класифікація кісток. Хімічний склад і фізичні властивості кісток. Морфологічні зміни кісток протягом життя. Зміни мінерального складу кісток.

Сполучення кісток: синартрози й діартрози. Види зрощення кісток за допомогою сполучної, хрящової та кісткової тканини. Будова суглобів і осі обертів.

Кістки тулуба та їх сполучення. Будова хребців, ребер і груднини. Хребет і грудна клітка як ціле.

Вікові особливості хребта. Час утворення фізіологічних вигинів хребта. Розвиток грудної клітки.

Кістки кінцівок і їх сполучення. Скелет вільних кінцівок та плечового і тазового поясів. Особливості розвитку кінцівок людини.

Кістки верхньої кінцівки, їх сполучення, осі обертання суглобів. Будова скелета руки у зв'язку із пристосуванням до праці. Кістки нижньої кінцівки, їх сполучення, осі обертання суглобів. Пристосування скелета нижньої кінцівки до прямоходіння.

Скелет голови (череп). Мозковий та лицевий відділи. Кістки черепа та їх сполучення. Сполучення хребта з черепом. Рухи черепа.

Топографія черепа. Покриття й основа мозкового черепа. Отвори на черепі і їх призначення.

Порожнина лицевого черепа: очна ямка, ротова і носова, повітряносні пазухи.

Характерні ознаки черепа новонародженого. Тім'ячка; їх кількість, характеристика. Вікові зміни черепа.

ТЕМА 3.

М'язова система (міологія).

М'язи - активна частина опорно-рухового апарата тіла. Поняття про м'язову тканину. М'яз як орган. Форма м'язів. Допоміжні апарати м'язів, їх роль. Будова м'язів. Структурні зміни м'язів у різні вікові періоди. Зміна м'язової маси тіла протягом життя. Вікові зміни будови і хімічного складу м'язів. Вплив функцій м'язів на їх розвиток.

М'язи тулуба і шиї. М'язи вісцерального (з'ябрового) походження і парієтальні м'язи верхньої кінцівки, що перемістилися на тулуб, їх функція. Вісцеральні м'язи шиї. Власні м'язи тулуба і шиї. Вплив фізичних вправ на розвиток дихальної мускулатури і м'язів черевного преса.

М'язи голови. Мімічна і жувальна мускулатура, її походження. Участь мімічних м'язів людини в акті мовлення.

М'язи плечового пояса і вільної верхньої кінцівки. Відношення їх до відповідних суглобів кінцівки й тулуба, їх функція. Прогресивні м'язи верхньої кінцівки.

М'язи тазового пояса і вільної нижньої кінцівки, їх відношення до відповідних суглобів кінцівок, тулуба, їх функція.

Специфічні особливості опорно-рухового апарата людини.

Особливості розвитку окремих груп м'язів у різні вікові періоди.

Рука як орган праці. Прогресивне диференціювання скелета і мускулатури руки у

зв'язку з трудовою діяльністю. Вплив професії на будову руки.

Особливості розвитку скелета і мускулатури нижньої кінцівки у зв'язку з пристосуванням до вертикального положення тіла. Склепіння стопи і плоскостопість. Професійні зміни будови ноги.

Лабораторні заняття

№	Тематика	Кількість годин	Література	Обладнання	Кількість балів
1.	Вступ	2	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	4
2.	Скелет та його сполучення	10	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	23
3.	М'язова система	8	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	23

ТЕМА 2.

СКЕЛЕТ ТА ЙОГО СПОЛУЧЕННЯ.

1. Демонстрація і вивчення кісток тулуба. Види з'єднання кісток тулуба.
2. Демонстрація і вивчення кісток черепа. Топографія черепа. Вікові особливості будови черепа. Вивчення з'єднання кісток черепа.

3. Демонстрація і вивчення кісток і з'єднань кінцівок. Вікові особливості будови верхніх і нижніх кінцівок.

4. Контрольні завдання (тести) з анатомії кісток і з'єднань скелета.

ТЕМА 3.

М'ЯЗОВА СИСТЕМА.

1. Демонстрація і вивчення загальної будови м'язів. Види м'язів, їх класифікація.

2. Демонстрація і вивчення м'язів голови і шиї. Рухи шиї і голови. Рухи нижньої щелепи.

3. Демонстрація верхньої кінцівки. Функціональні групи м'язів, які приймають участь у рухах плеча, передпліччя і кисті.

4. Демонстрація і вивчення м'язів нижньої кінцівки.

Функціональні групи м'язів, які приймають участь у рухах стегна, гомілки і стопи.

5. Контрольні завдання (тести) з анатомії, топографії і функції м'язів організму.

Індивідуальна робота студентів

Консультації

Індивідуальні науково-дослідні завдання

Самостійна робота

№	Тематика	Кількість годин	Література	Обладнання	Кількість балів
1.	Вступ	2	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	4
2.	Скелет та його сполучення	8	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	10
3.	М'язова система	8	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	10

ТЕМА 1.

Анатомія - наука про форму, будову й становлення організму людини. Поняття про вікову анатомію. Значення знання вікової анатомії для майбутніх вчителів. Роль курсу анатомії в підготовці вчителя фізичного виховання. Визначення понять "орган", "система органів", "апарат", "організм як ціле". Осі та площини тіла. Анатомічна номенклатура.

ТЕМА 2.

Скелет та його сполучення (Остеологія та артросиндесмологія). Скелет як частина опорно-рухового апарата. Кістка як орган. Будова кісток, їх

форма. Окiстя i його значення в живленнi кiсток. Щiльна i губчаста речовини та їх значення. Кiстковий мозок. Кiсткова тканина, остеон. Класифiкацiя кiсток. Хiмiчний склад i фiзичнi властивостi кiсток. Морфологiчнi змiни кiсток протягом життя. Змiни мiнерального складу кiсток.

Сполучення кiсток: синартрози й дiартрози. Види зрощення кiсток за допомогою сполучної, хрящової та кiсткової тканини. Будова суглобiв i осi обертiв.

ТЕМА 3.

М'язова система (мiологiя).

М'язи - активна частина опорно-рухового апарата тiла. Поняття про м'язову тканину. М'яз як орган. Форма м'язiв. Допомiжнi апарати м'язiв, їх роль. Будова м'язiв. Структурнi змiни м'язiв у рiзнi вiковi перiоди. Змiна м'язової маси тiла протягом життя. Вiковi змiни будови i хiмiчного складу м'язiв. Вплив функцiй м'язiв на їх розвиток.

Опрацювання спецiальної лiтератури (в кiнцi програми)

Опрацювання додаткової теми

Робота в iнформацiйних мережах

Модульний контроль

Залiк

Питання до залiку

Опорно – руховий апарат

для студентiв I курсу факультету фiзичного виховання

1. Анатомiя як наука. Сучаснi методи анатомiчного дослiдження.
2. Поняття про вiкову анатомiю. Значення знання вiкової анатомiї для майбутнiх вчителiв фiзичного виховання.

3. Етапи розвитку анатомічних знань. Розвиток анатомії в сучасний період. Українська школа анатомів.
4. Осі та площини тіла. Анатомічна номенклатура.
5. Скелет як частина опорно-рухового апарата. Відділи скелета. Його значення.
6. Кістка як орган. Будова кісток, їх форма. Окістя і його значення.
7. Кісткова тканина. Остеон. Щільна та губчаста речовина кістки. Кістковий мозок.
8. Класифікація кісток. Морфологічні зміни кісток протягом життя.
9. Хімічний склад і фізичні властивості кісток.
10. Сполучення кісток. Види зрощення кісток за допомогою сполучної, хрящової та кісткової тканини.
11. Будова суглобів, їх види та форма.
12. Рухоме з'єднання кісток. Суглоби з однією, двома та багатьма осями обертання. Приклади.
13. Скелет тулуба, кістки, які його складають. Хребетний стовп. Будова хребців. Вікові особливості.
14. Грудна клітка як ціле. Види і будова ребер. Вікові особливості грудної клітки.
15. Скелет верхньої кінцівки. Сполучення кісток, осі обертання суглобів. Вікові особливості верхньої кінцівки.
16. Скелет нижньої вільної кінцівки. Кістки які її складають. Сполучення кісток нижньої кінцівки, осі обертання суглобів. Вікові особливості.
17. Тазовий пояс. Кістки таза, їх сполучення. Вікові особливості таза.
18. Скелет голови. Відділи черепа. Сполучення черепа. Вікові особливості черепа. Види швів.
19. Мозковий відділ черепа. Кістки мозкового відділу, їх з'єднання. Вікові особливості. З'єднання черепа із хребтом.
20. Лицевий відділ черепа, кістки, що його складають, їх з'єднання. Вікові особливості.
21. М'язи – активна частина опорно-рухового апарата. М'яз як орган. Форма м'язів.
22. Поняття про м'язову тканину, її види. Скелетні м'язи, їх будова. Вікові особливості м'язів.
23. Серцевий м'яз. Провідна система серця.
24. Допоміжні апарати м'язів, їх будова і значення.
25. М'язи голови. Особливості м'язів. Початок та місце їх прикріплення. Функції.
26. Жувальні м'язи, їх топографія. Початок та місце їх прикріплення. Функції.
27. М'язи шиї. Основні групи м'язів шиї. Топографія. Функції.
28. М'язи грудей. Група м'язів плечового пояса. Початок та місце прикріплення. Функції.
29. М'язи спини. Поділ їх на глибокі та поверхневі. Початок та прикріплення. Функції.

30. Власні м'язи грудей. Початок та місце прикріплення. Функції.
31. М'язи живота. Топографія. Вплив фізичних вправ на розвиток м'язів черевного преса.
32. М'язи тазового пояса. Їх початок та місце прикріплення. Функції.
33. М'язи вільної верхньої кінцівки. Початок і місце прикріплення. Функції.
34. М'язи вільної нижньої кінцівки. Топографія. Функції.
35. М'язи різних ділянок тіла, які приймають участь в акті дихання. Вплив фізичних вправ на розвиток дихальної мускулатури.

Модуль 2.

Органи та системи організму

Лекції

№	Тематика	Кількість годин	Література	Обладнання	Кількість балів
4.	Нутрощі	2	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
5.	Судинна система	2	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
6.	Органи внутрішньої секреції	2	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
7.	Нервова система	2	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
8.	Аналізатори і органи чуттів	2	Коляденко Г.І. Анатомія	Фотографії, муляжі, таблиці,	5

			людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	альбом, атлас анатомії	
--	--	--	---	---------------------------	--

ТЕМА 4.

Нутрощі (Спланхнологія).

Загальний огляд внутрішніх органів, поділ їх на системи; закономірність їх будови; слизові оболонки, залози, м'язові оболонки, серозний покрив.

Топографія внутрішніх органів.

Система органів травлення. Загальна характеристика.

Ротова порожнина, її стінки. Слинні залози, їх протоки. Зуби молочні і постійні, терміни їх прорізування. Вікові особливості порожнини рота і її органів. Язик, його будова.

Глотка, її ділянки, порожнина і стінки. Сполучення глотки. Перехрестя дихального й травного трактів, Мигдалики, лімфоїдне кільце глотки, його значення.

Стравохід, його топографія і будова.

Шлунок, його форма, будова, топографія.

Мікроскопічна будова стінки шлунка. Вікові особливості будови шлунка.

Тонкі кишки. Дванадцятипала кишка, протоки, що в неї відкриваються. Брижова частина тонкої кишки: порожня й клубова кишки, відношення до очеревини.

Травні залози. Підшлункова залоза, будова, топографія, особливості її гістологічної структури у

зв'язку з подвійною функцією. Печінка, топографія, мікроскопічна будова.

Жовчні протоки, жовчний міхур. Особливості кровоносної системи печінки.

Товсті кишки, їх відділи, будова, топографія, відношення до очеревини.

Особливості будови слизової та м'язової оболонки. Функціональне значення різних відділів шлунково-кишкового тракту.

Очеревина, її значення, брижі, сальники. Вікові особливості будови органів травлення. Система органів дихання. Розвиток і загальна характеристика.

Носова порожнина, її топографія, відділи.

Гортань, її хрящі, суглоби, зв'язки, м'язи, порожнина. Гортань як орган голосоутворення.

Трахея і бронхи. Топографія, будова. Вікові зміни будови повітряносних шляхів. Особливості будови гортані в різні періоди розвитку.

Легені, їх топографія, частки, поверхні, корінь і ворота. Мікроскопічна будова легенів. Ацинус – структурно-функціональна одиниця легень. Плевра, її листки, порожнина. Середостіння: органи, що складають переднє і заднє середостіння. Зміни, які відбуваються в легенях в процесі розвитку, росту і старіння.

Вплив фізичних рухів і тренування на розвиток дихальної системи.

Система органів сечовиділення, загальна характеристика. Нирки, їх топографія, форма,

відношення до очеревини. Кіркова і мозкова речовини нирки. Мікроскопічна будова.

Нефрон – структурно-функціональна одиниця нирки. Сечоводи, сечовий міхур, сечовивідний канал і сфінктери, їх будова, значення.

Чоловічі статеві органи. Яєчка. Сім'явивідна протока, сім'яний канатик. Передміхурова залоза і сім'яні міхурці. Сечостатевий канал і печеристі тіла.

Жіночі статеві органи, загальна характеристика.

Яєчники, маткові труби, матка, їх будова,

відношення до очеревини і зв'язки. Піхва. Дівоча перетинка. Циклічні особливості. Будова жіночої

статевої системи. Плацента. Молочна залоза.

Статева система в різні вікові періоди.

ТЕМА 5.

Судинна система (Ангіологія).

Значення судинної системи. Поділ судинної системи на кровоносну і лімфатичну.

Кола кровообігу. Мікроциркуляторне русло. Артерії, вени, капіляри, будова їх стінок. Значення анастомозів і колатерального кровообігу. Серце, його форма, стінки, порожнини, клапани. Серцевий м'яз, його особливості та іннервація. Провідна система серця. Власні судини серця. Навколосерцева сумка. Топографія серця у зв'язку з вертикальним положенням тіла. Основні характеристики дитячого серця.

Судини малого кола кровообігу. Гілки дуги аорти, грудної і черевної аорти. Системи верхньої і нижньої порожнистих вен.

Лімфатична система і її значення. Склад лімфи. Лімфатичні капіляри, судини і протоки. Будова лімфатичних вузлів і їх функція. Роль лімфатичної системи при поширенні інфекції в організмі.

Органи кровотворення та імунної системи. Кістковий мозок. Лімфоїдні регіонарні скупчення. Селезінка, її будова і функція. Вікові особливості кровотворних органів.

ТЕМА 6.

Органи внутрішньої секреції.

Без протокові залози.

Будова і функції органів внутрішньої секреції. Внутрішня секреція у дітей різних вікових груп. Значення ендокринних залоз в обміні речовин і розвитку організму. Поняття про гіпо- і гіперфункцію.

Гіпофіз і епіфіз, їх форма, будова і топографія. Щитоподібна і прищитоподібні залози, їх топографія, будова і функція. Хромофінна система органів: надниркові залози і параганглії; їх будова і значення. Інтерреналові органи. Ендокринні острівці підшлункової залози. Вилочкова залоза, будова, функція.

Ендокринна частина статевих залоз. Будова і функція. Дія гормонів на організм, що росте. Наслідки гіпер- та гіпофункції ендокринних залоз у дітей.

ТЕМА 7.

Нервова система (неврологія),

Загальна характеристика нервової системи. Нейрон, нервове волокно, рецептори, ефектори та симпатичні закінчення. Сіра і біла речовини мозку. Рефлекс як основний принцип діяльності нервової системи.

Поділ нервової системи на центральний і периферичний відділи. Оболонки мозку.

Спинний мозок. Спинальні ганглії. Корінці спинного мозку. Мікроскопічна будова сірої та білої речовини спинного мозку. Провідні шляхи спинного мозку. Спинномозкові нерви, їх число, місце відгалуження і виходу. Гілки спинномозкових нервів. Особливості в розміщенні вентральних гілок; міжреберні нерви, шийне, плечове, поперекове і крижове сплетіння, їх головні гілки і ділянки поширення.

Головний мозок. Відділи головного мозку. Ретикулярна формація. Судини. Стовбурова частина головного мозку як продовження спинного мозку. Довгастий мозок, його морфологія та розташування сірої та білої речовини.

Задній мозок; морфологія моста, мозочка та його ніжок. Топографія сірої та білої речовини. Четвертий шлуночок мозку, ромбоподібна ямка.

Середній мозок. Морфологія ніжок мозку і пластинки чотиригорбикового тіла; розміщення сірої та білої речовини. Водопровід мозку.

Проміжний мозок. Морфологія зорових горбів, підзоровогогорбової, надзоровогогорбової і зазоровогогорбової ділянок. Третій шлуночок мозку. Значення різних ділянок мозку.

Кінцевий мозок. Морфологія великих півкуль, їх частки, борозни і закрутки.

Кора, її мікроскопічна будова. Біла речовина півкуль. Підкіркові (базальні) ядра; смугасте тіло, огорожа і мигдалеподібне ядро; їх значення.

Поняття про цитоархітектоніку та мієлоархітектоніку кори. Основні поля кори великих півкуль. Проблеми локалізації функцій. Лімбічна система. Кора як система мозкових кінців аналізаторів; міжаналізаторні зони.

Черепні нерви, їх кількість, походження, місця відходу від мозку і виходу з черепа, зони іннервації.

Автономна нервова система, її анатомічні і функціональні особливості.

Відділи автономної нервової системи. Симпатичний відділ, його центральні нейрони. Симпатичний стовбур, вузли, нерви і сплетіння.

Парасимпатичний відділ, його центральні нейрони. Шляхи виходу парасимпатичних волокон на периферію, їх вузли і зони іннервації.

Вікові особливості будови головного і спинного мозку у різні вікові періоди.

ТЕМА 8.

Аналізатори і органи чуттів (естезіологія).

Шкірний та руховий аналізатори. Розвиток та будова шкіри; її придатки та похідні. Папілярні візерунки. Особливості пігментації шкіри людини.

Волосся і нігті. Шкірні залози. Іннервація шкіри; її рецептори.

Пропріорецептори рецептори м'язово-суглобової чутливості.

Провідниковий і центральний відділи шкірного і рухового аналізаторів.

Зоровий аналізатор. Очне яблуко, його оболонки й камери. Сітківка, її мікроскопічна будова. Ядро очного яблука і світлозаломлюючий апарат ока. Провідниковий і центральний відділи зорового аналізатора.

Структурно-функціональні особливості акомодацийного апарата ока людини у зв'язку з його трудовою діяльністю. Коротко- і далекозорість. Допоміжний апарат ока. Васкуляризація та іннервація ока.

Слуховий та присінковий аналізатори. Зовнішнє вухо та його рудиментарні утворення. Середнє вухо. Слухова труба, їх функціональне призначення. Внутрішнє вухо; кістковий і перетинчастий лабіринти. Спіральний орган і його мікроскопічна будова

Провідниковий і центральний відділи слухового і присінкового аналізаторів. Удосконалення органа слуху людини у зв'язку з розвитком мови.

Смаковий і нюховий аналізатори.

Орган смаку. Смакові сосочки, їх будова та розміщення. Смакові нерви людини. Провідні шляхи й центри аналізатора смаку.

Орган нюху. Специфічні клітини в слизовій оболонці нюхової частини порожнини носа. Нюхові

цибулини, тракти, трикутники. Провідні шляхи і центри аналізатора нюху.

Лабораторні заняття

№	Тематика	Кількість годин	Література	Обладнання	Кількість балів
4.	Нутрощі	2	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	10
5.	Судинна система	1	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	10
6.	Органи внутрішньої секреції	1	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	10
7.	Нервова система	2	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	10
8.	Аналізатори і органи чуттів	2	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	10

ТЕМА 4.

НУТРОЩІ.

1. Демонстрація і вивчення органів травної системи.
2. Вивчення травних залоз.
3. Демонстрація і вивчення анатомії і топографії органів

дихання. Повітряносні шляхи.

4. Демонстрація і вивчення легень. Вікові особливості

будови.

5. Демонстрація і вивчення анатомії і топографії органів

сечовиділення.

6. Контрольні завдання (тести) з анатомії і топографії

органів травлення, дихання та сечовиділення.

ТЕМА 5.

СУДИННА СИСТЕМА.

1. Демонстрація і вивчення анатомії і топографії серця. Вікові особливості будови.

2. Велике і мале кола кровообігу.

3. Судини голови та шиї.

4. Судини тулуба.

5. Судини кінцівок.

6. Контрольні завдання (тести) з анатомії і топографії серця та судин

ТЕМА 6.

ОРГАНИ ВНУТРІШНЬОЇ СЕКРЕЦІЇ.

1. Демонстрація і вивчення анатомії і топографії залоз внутрішньої секреції.

2. Гіпо- та гіперфункція залоз, зміни в організмі, викликані порушенням діяльності ендокринних залоз.

3. Контрольні завдання (тести) з анатомії, топографії і функції залоз внутрішньої секреції.

ТЕМА 7

НЕРВОВА СИСТЕМА.

1. Вивчення загальної будови нервової системи, поділ її на центральний і периферичний відділи.
2. Демонстрація і вивчення анатомії і топографії спинного мозку та його оболонки.
3. Демонстрація і вивчення анатомії і топографії головного мозку. Стовбур головного мозку, кінцевий мозок.
4. Вивчення схем провідних шляхів головного і спинного мозку.
5. Периферична нервова система.
6. Контрольні завдання (тести) з анатомії, топографії і функції нервової системи.

ТЕМА 8.

АНАЛІЗАТОРИ І ОРГАНИ ЧУТТІВ.

1. Демонстрація і вивчення аналізаторів зору, нюху та смаку. Вікові особливості.
2. Демонстрація і вивчення аналізаторів слуху, чуття положення тіла в просторі та шкірної чутливості. Вікові особливості.
3. Контрольні завдання (тести) з анатомії, топографії і

функції нервової системи.

Індивідуальна робота студентів

Консультації

Індивідуальні науково-дослідні завдання

Самостійна робота

№	Тематика	Кількість годин	Література	Обладнання	Кількість балів
4.	Нутрощі	4	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
5.	Судинна система	4	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
6.	Органи внутрішньої секреції	4	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
7.	Нервова система	4	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
8.	Аналізатори і органи чуттів	2	Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5

ТЕМА 4.

Нутрощі (Спланхнологія).

Загальний огляд внутрішніх органів, поділ їх на системи; закономірність їх будови; слизові оболонки, залози, м'язові оболонки, серозний покрив.

Топографія внутрішніх органів.

Система органів травлення. Загальна характеристика.

Ротова порожнина, її стінки. Слинні залози, їх протоки. Зуби молочні і постійні, терміни їх прорізування. Вікові особливості порожнини рота і її органів

ТЕМА 5.

Судинна система (Ангіологія).

Значення судинної системи. Поділ судинної системи на кровоносну і лімфатичну.

Кола кровообігу. Мікроциркуляторне русло. Артерії, вени, капіляри, будова їх стінок. Значення анастомозів і колатерального кровообігу. Серце, його форма, стінки, порожнини, клапани. Серцевий м'яз, його особливості та іннервація. Провідна система серця. Власні судини серця. Навколосерцева сумка. Топографія серця у зв'язку з вертикальним положенням тіла. Основні характеристики дитячого серця.

ТЕМА 6.

Органи внутрішньої секреції.

Без протокові залози.

Будова і функції органів внутрішньої секреції. Внутрішня секреція у дітей різних вікових груп. Значення ендокринних залоз в обміні речовин і розвитку організму. Поняття про гіпо- і гіперфункцію.

Гіпофіз і епіфіз, їх форма, будова і топографія.
Щитоподібна і прищитоподібні залози, їх топографія.

ТЕМА 7.

Нервова система (неврологія),

Загальна характеристика нервової системи. Нейрон, нервове волокно, рецептори, ефектори та симпатичні закінчення. Сіра і біла речовини мозку. Рефлекс як основний принцип діяльності нервової системи.

Поділ нервової системи на центральний і периферичний відділи. Оболонки мозку.

Спинний мозок. Спинальні ганглії. Корінці спинного мозку. Мікроскопічна будова сірої та білої речовини спинного мозку. Провідні шляхи спинного мозку. Спинномозкові нерви, їх число, місце відгалуження і виходу

Поняття про цитоархітектоніку та мієлоархітектоніку кори. Основні поля кори великих півкуль. Проблеми локалізації функцій. Лімбічна система. Кора як система мозкових кінців аналізаторів; міжаналізаторні зони.

Черепні нерви, їх кількість, походження, місця відходу від мозку і виходу з черепа, зони іннервації.

Автономна нервова система, її анатомічні і функціональні особливості.

Відділи автономної нервової системи.

Симпатичний відділ, його центральні нейрони. Симпатичний стовбур, вузли, нерви і сплетіння.

Парасимпатичний відділ, його центральні нейрони. Шляхи виходу парасимпатичних волокон на периферію, їх вузли і зони іннервації.

Вікові особливості будови головного і спинного мозку у різні вікові періоди.

ТЕМА 8.

Аналізатори і органи чуттів (естезіологія).

Шкірний та руховий аналізатори. Розвиток та будова шкіри; її придатки та похідні. Папілярні візерунки. Особливості пігментації шкіри людини. Волосся і нігті. Шкірні залози. Іннервація шкіри; її рецептори.

Пропріорецептори рецептори м'язово-суглобової чутливості.

Провідниковий і центральний відділи шкірного і рухового аналізаторів.

Зоровий аналізатор. Очне яблуко, його оболонки й камери. Сітківка, її мікроскопічна будова. Ядро очного яблука і світлозаломлюючий апарат ока. Провідниковий і центральний відділи зорового аналізатора.

Структурно-функціональні особливості акомодативного апарата ока людини у зв'язку з його трудовою діяльністю. Коротко- і далекозорість. Допоміжний апарат ока. Васкуляризація та іннервація ока.

Слуховий та присінковий аналізатори. Зовнішнє вухо та його рудиментарні утворення. Середнє вухо. Слухова труба, їх функціональне призначення. Внутрішнє вухо; кістковий і перетинчастий лабіринти. Спіральний орган і його мікроскопічна будова

Провідниковий і центральний відділи слухового і присінкового аналізаторів. Удосконалення органа слуху людини у зв'язку з розвитком мови.

Смаковий і нюховий аналізатори.

Орган смаку. Смакові сосочки, їх будова та розміщення. Смакові нерви людини. Провідні шляхи й центри аналізатора смаку.

Орган нюху. Специфічні клітини в слизовій оболонці нюхової частини порожнини носа. Нюхові цибулини, тракти, трикутники. Провідні шляхи і центри аналізатора нюху.

Опрацювання спеціальної літератури (в кінці програми)

Опрацювання додаткової теми

Робота в інформаційних мережах

Модульний контроль

Питання: Органи та системи організму

для студентів I курсу факультету фізичного виховання

36. Система органів травлення. Загальна характеристика. Ротова порожнина, її стінки.
37. Органи ротової порожнини, їх будова. Слинні залози, їх протоки. Вікові особливості.
38. Топографія і будова глотки та стравоходу. Вікові особливості.
39. Шлунок його топографія та будова. Мікроскопічна будова його стінки. Вікові особливості будови шлунка.
40. Дванадцятипала кишка, її будова. Протоки, що в неї відкриваються.

41. Тонкий кишечник, його відділи. Мікроскопічна будова слизової оболонки тонкого кишечника. Вікові особливості.
42. Товстий кишечник, будова, його топографія. Відділи товстого кишечника. Вікові особливості.
43. Залози травної системи. Підшлункова залоза, її будова, значення для травлення.
44. Печінка, її топографія і будова. Жовчні протоки і жовчний міхур. Функції.
45. Система органів дихання, загальна характеристика. Носова порожнина, її поділ на дихальну і нюхову частини. Вікові особливості.
46. Топографія і будова гортані, її хрящі, суглоби і м'язи. Гортань як орган голосоутворення. Вікові особливості гортані.
47. Будова трахеї і бронхів. Розгалуження бронхів в легенях.
48. Легені, їх топографія і будова. Плевра, її листки, порожнина. Вікові особливості легень.
49. Мікроскопічна будова легень. Ацинус – структурно-функціональна одиниця легень.
50. Середостіння: органи, що складають переднє і заднє середостіння.
51. Система органів сечовиділення. Загальна характеристика. Топографія, форма, будова нирок. Мікроскопічна будова нирок. Нефрон. Вікові особливості.
52. Сечоводи, сечовий міхур, сечівник. Їх топографія, будова, значення. Вікові особливості.
53. Чоловічі статеві органи. Загальна характеристика. Їх поділ на зовнішні та внутрішні. Розвиток. Вікові особливості.
54. Жіночі статеві органи. Загальна характеристика. Їх поділ на зовнішні та внутрішні. Циклічні та вікові зміни.
55. Внутрішнє середовище організму. Склад і функції крові.
56. Лімфатична система її значення. Склад лімфи. Лімфатичні вузли і протоки. Селезінка, її будова.
57. Органи кровотворення та імунної системи. Будова та значення.
58. Серце. Топографія, будова, функції. Вікові особливості.
59. Судини організму. Види, будова. Кола кровообігу.
60. Судини голови і шиї. Кровопостачання головного мозку.
61. Основні судини тулуба. Топографія.
62. Судини верхніх кінцівок, топографія.
63. Артерії і вени нижніх кінцівок.
64. Система ворітної вени.
65. Поняття про залози внутрішньої секреції. Класифікація. Гормони, їх значення. Гіпер- та гіпофункція залоз.
66. Епіфіз і гіпофіз. Топографія, будова. Гормони цих залоз, дія на організм. Вікові особливості.
67. Щитоподібна залоза. Топографія і будова. Гіпер- та гіпофункція залози. Дія її гормонів на організм.

68. Прищитоподібна залоза. Топографія, будова. Гормони , їх дія на організм. Гіпер- та гіпофункція залоз.
69. Вилочкова залоза. Топографія, будова. Вікові особливості вилочкової залози, її значення для організму.
70. Ендокринна частина підшлункової залози, її гормони, значення для організму.
71. Периферична нервова система. Спинно-мозкові нерви. Нервові сплетіння, зони їх іннервації.
72. Черепно-мозкові нерви. Кількість, назва, місця відходу від мозку, зони іннервації.
73. Автономна нервова система, її відділи, будова. Анатомічні і функціональні особливості автономної нервової системи.
74. Поняття про аналізатори, їх відділи. Значення органів чуттів як периферичної частини аналізаторів. Аналізатор нюху. Центральний та периферичний відділи. Вікові особливості.
75. Аналізатор смаку. Будова периферичного відділу. Центр смаку. Вікові особливості.
76. Слуховий аналізатор. Будова периферичного відділу. Мікроскопічна будова внутрішнього вуха. Вікові особливості.
77. Вестибулярний аналізатор. Периферична і центральна частина, їх будова. Значення вестибулярного аналізатора.
78. Аналізатор шкірного чуття. Рецептори шкіри. Центральний відділ. Значення.
79. Аналізатор зору. Очне яблуко, його оболонки, рецептори зору. Центральний відділ зорового аналізатора.
80. Акомодація ока, допоміжний апарат ока, його складові. Їх будова.

Модуль 3. Спортивна морфологія

Лекції

№	Тематика	Кількість ть годин	Література	Обладнання	Кількість балів
9.	Спортивна морфологія як наука.	1	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5

			МГУ, 1968.		
10.	Загальнобіологічні основи адаптації організму спортсмена до фізичних навантажень	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
11.	Морфологічні особливості фізичного розвитку	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
12.	Методи вивчення морфофункціональних особливостей організму спортсмена	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
13.	Загальні розміри і склад тіла	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
14.	Пропорції тіла	1	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
15.	Конституційні особливості спортсмена і їх роль в спортивній практиці	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
16.	Структурні зміни в кістковій системі під впливом фізичних навантажень	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
17.	Особливості будови зв'язочно-суглобового апарату у спортсменів	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
18.	Структурна перебудова м'язової системи під впливом фізичних навантажень.	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	5
19.	Внутрішні органи і		Башкиров П.Н., Чтецова В.П.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас	5

	фізична діяльність	2	Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	анатомії	
--	--------------------	---	--	----------	--

ТЕМА №9

СПОРТИВНА МОРФОЛОГІЯ ЯК НАУКА

Морфологія як наука. Морфофункціональні ознаки організму спортсмена і їх значення. Основний зміст, мета і задачі курсу. Значення спортивної морфології в системі підготовки тренерів і педагогів з фізичного виховання. Історія розвитку спортивної морфології. Визначні вчені-морфологи.

ТЕМА №10

ЗАГАЛЬНОБІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ АДАПТАЦІЇ ОРГАНІЗМУ СПОРТСМЕНА ДО ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ

Спорт як фактор впливу на біологічну і соціальну природу людини. Пристосованість організму спортсмена до тренувальних та змагальних навантажень. Гомеостаз. Принцип надлишкової організації організму. Поняття про адаптацію, фактори адаптації, її види. Стадії адаптації. Морфологічні прояви компенсаторно-приспосувальних процесів. Поняття про гіпертрофію, її види. Зміни, які відбуваються в клітинах при гіпертрофії. Атрофія, її прояви.

ТЕМА №11

МОРФОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ

Поняття про фізичний розвиток людини. Фактори, що впливають на фізичний розвиток. Особливості фізичного розвитку у спортсменів різних спеціалізацій. Роль спадковості.

ТЕМА №12

МЕТОДИ ВИВЧЕННЯ МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОРГАНІЗМУ СПОРТСМЕНА

Поняття про антропометрію. Основні вимоги при проведенні антропометричних обстежень.

Антропометричний інструментарій, його характеристика.

Антропометричні точки, місця їх визначення.

Визначення поздовжніх., поперечних (діаметрів) і обвідних розмірів тіла.

Визначення товщини шкірно-жирових складок.

Рентгенографічний метод дослідження.

Використання сучасних методів вивчення закономірностей адаптації організму спортсменів.

ТЕМА: №13

ЗАГАЛЬНІ РОЗМІРИ І СКЛАД ТІЛА

Поняття про тотальні розміри тіла: довжина, вага, обвід грудної клітки.

Склад тіла людини. Моделі складу тіла людини.

Методи визначення компонентів ваги тіла.

Зміни складу тіла під впливом занять спортом.

ТЕМА: №14

ПРОПОРЦІЇ ТІЛА

Поняття про пропорції тіла. Модулі і канони.

Статеві і вікові особливості в пропорціях тіла.

Способи оцінки пропорцій тіла.

Основні типи пропорцій тіла.

Класифікація пропорцій тіла.

Пропорції тіла у спортсменів різних спеціалізацій.

ТЕМА: №15

КОНСТИТУЦІЙНІ ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗМУ І ЇХ РОЛЬ В СПОРТИВНІЙ ПРАКТИЦІ

Поняття про конституцію.

Фактори, що обумовлюють конституцію людини.

Ознаки, що лежать в основі конституції людини.

Класифікація конституцій людини. Основні типи конституції, їх ознаки.

Критерії оцінки конституції людини: форма грудної клітки, живота, спини, ніг, ступінь розвитку мускулатури жирових відкладень, їх локалізація і величина поверхні тіла.

Поняття про поставу, її види, ознаки.

Конституційні особливості статури спортсменів різних спеціалізацій.

ТЕМА: №16

СТРУКТУРНІ ЗМІНИ В КІСТКОВІЙ СИСТЕМІ ПІД ВПЛИВОМ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ

Основний закон остеології П.Ф. Лесгафта. Методи вивчення змін, що відбуваються в кістковій системі під впливом фізичних навантажень.

Адаптаційні зміни скелета під впливом занять спортом.

Морфологічні зміни в будові кісток різних відділів скелета: черепа, верхньої і нижньої кінцівок у спортсменів на різних рівнях організації організму.

Виникнення передпатологічних і патологічних змін в скелеті.

ТЕМА: №17

ОСОБЛИВОСТІ БУДОВИ ЗВ'ЯЗКОВО- СУГЛОБОВОГО АПАРАТУ У СПОРТСМЕНІВ

Поняття про гнучкість тіла і рухливість в суглобах.

Фактори, що забезпечують рухливість в суглобах: температура оточуючого середовища; час доби; стать і вік індивідуума; взаємне розташування кісткових ланок в суглобі; кісткові обмежувачі і функціональні гальмівні механізми.

Адаптаційні зміни зв'язково-суглобового апарату у спортсменів різних спеціалізацій. Передпатологічні і патологічні зміни в руховому апараті спортсмена, причини їх виникнення, профілактика.

Засоби і методи збільшення рухливості в суглобах.

ТЕМА: №18

СТРУКТУРНА ПЕРЕБУДОВА М'ЯЗОВОЇ СИСТЕМИ ПІД ВПЛИВОМ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ

Робоча гіпертрофія м'язової тканини, її морфологічні ознаки.

Перебудова м'язів під впливом статистичних і динамічних навантажень.

Особливості перебудови скелетних м'язів під впливом фізичних навантажень різної інтенсивності.

Наслідки порушення рухового режиму.

ТЕМА: №19

ВНУТРІШНІ ОРГАНИ І СПОРТИВНА ДІЯЛЬНІСТЬ

Серце при фізичному навантаженні; зміна розмірів, гіпертрофія міокарда, перебудова мікроциркуляторного русла.

Нераціональні прояви адаптації, способи їх усунення.

Реакція крові на фізичні навантаження.

Вплив фізичних навантажень на будову нерва.

Спорт і залози внутрішньої секреції.

Лабораторні заняття

№	Тематика	Кількість годин	Література	Обладнання	Кількість балів
9.	Спортивна морфологія як наука.	1	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
10.	Загальнобіологічні основи адаптації організму спортсмена до фізичних навантажень	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
11.	Морфологічні особливості фізичного розвитку	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5

12.	Методи вивчення морфофункціональних особливостей організму спортсмена	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
13.	Загальні розміри і склад тіла	1	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
14.	Пропорції тіла	1	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
15.	Конституційні особливості спортсмена і їх роль в спортивній практиці	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
16.	Структурні зміни в кістковій системі під впливом фізичних навантажень	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
17.	Особливості будови зв'язочно-суглобового апарату у спортсменів	1	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
18.	Структурна перебудова м'язової системи під впливом фізичних навантажень.	1	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
19.	Внутрішні органи і фізична діяльність	1	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5

Індивідуальна робота студентів

Консультації

Індивідуальні науково-дослідні завдання

Самоcтійна робота

№	Тематика	Кількіcть годин	Література	Обладнання	Кількіcть балів
9.	Спортивна морфологія як наука.	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
10.	Загальнобіологічні основи адаптації організму спортсмена до фізичних навантажень	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
11.	Морфологічні особливості фізичного розвитку	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
12.	Методи вивчення морфофункціональних особливостей організму спортсмена	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
13.	Загальні розміри і склад тіла	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
14.	Пропорції тіла	1	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
15.	Конституційні особливості спортсмена і їх роль в спортивній практиці	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
16.	Структурні зміни в кістковій системі під впливом фізичних навантажень	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5

17.	Особливості будови зв'язочно-суглобового апарату у спортсменів	2	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
18.	Структурна перебудова м'язової системи під впливом фізичних навантажень.	1	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5
19.	Внутрішні органи і фізична діяльність	1	Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. – М.: узд. МГУ, 1968.	Фотографії, муляжі, таблиці, альбом, атлас анатомії	2,5

Опрацювання спеціальної літератури(в кінці програми)

Опрацювання додаткової теми

Робота в інформаційних мережах

Модульний контроль

“СПОРТИВНА МОРФОЛОГІЯ”

1. Спортивна морфологія як наука.
2. Значення спортивно морфології в системі підготовки тренерів і педагогів по фізичному вихованні.
3. Історія розвитку спортивно морфології.
4. Пристосованість організму спортсмена до тренувальних та змагальних навантажень.
5. Поняття про адаптацію, фактори адаптації, її види. Стадії адаптації.
6. Поняття про гіпертрофію, її види.
7. Атрофія, її прояви.
8. Фізичний розвиток людини. Фактори, що впливають на фізичний розвиток.
9. Особливості фізичного розвитку у спортсменів різних спеціальностей.
10. Поняття про антропометрію. Антропометричні точки, місця їх визначення.
11. Визначення поздовжніх, поперечних і обхватних розмірів тіла.
12. Склад тіла людини. Зміни складу тіла під впливом занять спортом.
13. Поняття про пропорції тіла. Модулі і канони.
14. Класифікація пропорцій тіла. Пропорції тіла спортсменів різних спеціалізацій.

15. Поняття про конституцію. Фактори, що обумовлюють конституцію людини.
16. Поняття про поставу, її види, ознаки.
17. Конституційні особливості статури спортсменів різних спеціалізацій.
18. Основний закон остеології П.Ф.Лесгафта.
19. Методи вивчення змін, що відбуваються в кістковій системі під впливом фізичних навантажень.
20. Адаптаційні зміни скелета під впливом занять спортом.
21. Морфологічні зміни в будові кісток різних відділів скелета.
22. Виникнення передпатологічних і патологічних змін в скелеті.
23. Поняття про гнучкість тіла і рухливість в суглобах.
24. Фактори, що забезпечують рухливість в суглобах.
25. Адаптаційні зміни зв'язочно-суглобового апарату у спортсменів різних спеціалізацій.
26. Передпатологічні зміни в руховому апараті спортсмена.
27. Засоби і методи збільшення рухливості в суглобах.
28. Робоча гіпертрофія м'язової тканини. Її морфологічні ознаки.
29. Перебудова м'язів під впливом статичних і динамічних навантажень.
30. Особливості перебудови скелетних м'язів під впливом фізичних навантажень різної інтенсивності.
31. Наслідки порушення рухового режиму.
32. Серце при фізичному навантаженні.
33. Нераціональні прояви адаптації, способи їх усунення.
34. Реакція крові на фізичні навантаження.
35. Вплив фізичних навантажень на будову нерва.
36. Спорт і залози внутрішньої секреції.

3. Навчальна та наукова література до всієї дисципліни (книжні та електронні ресурси).

Основна

Билич Г.Л., Крыжановский В.А. Биология. Полный курс. В 3-х томах.Т-1. Анатомия. – Москва .: ОНИКС 21век, 2004. 862 с.

Гайда С.П. Анатомія і фізіологія людини . – К.: Вища школа, 1980. - 216 с.

Гладишева А.А. Анатомія человека. – М.: Физкультура и спорт, 1977. -280 с.

Козлов В.И. Анатомия человека. – М.: Физкультура и спорт, 1978. –265 с.

Коляденко Г.І. Анатомія людини. – К.: Либідь, 2001. 380 с.

Краев А.В. Анатомия человека в 2-х томах. – М.: Медицина, 1978.

Курепина М.М., Воккен Г.Г. Анатомия человека. – М.: Просвещение, 1979.
Курепина М.М., Воккен Г.Г. Анатомия человека. Атлас. – М.: Просвещение, 1979.

Левитський П.М., Яловецький В.С., Кисильов Ф.С. Практичні заняття з анатомії, фізіології і гігієни людини.- К.: Радянська школа, 1977. 127 с.

Массаргін А.Г. Анатомія і фізіологія людини. -К.: Радянська школа, 1975. 256 с.

Додаткова

Привес М.Г., Лысенков Н.К., Бушкович В.И. Анатомия человека. – Ленинград.: Медицина, 1974. 671 с.

Сапин М.Р. Анатомия человека в 2-х томах. – М.: 1989.

Синельников Р.Д. Атлас анатомии человека в 3-х томах.– М.: Медицина, 1974.

Старушенко Л.И. Анатомия и физиология человека. – М.: Медицина, 1989.208 с.

Сауляк-Савицька М.М. Анатомія людини. – К.: Радянська школа, 1966.

Хоменко Б.Г. Анатомія людини. Практикум. – К.: Вища школа, 1991.184 с.

Спортивна морфологія

Башкиров П.Н., Чтецова В.П. Строение тела и спорт. - М.: изд. МГУ, 1968.

Иваницкий М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии). - М.: 1985.

Карпман В.Л. Хрущов С.В., Борисова Ю.А. Сердце и работоспособность спортсмена. - М.: Физкультура и спорт, 1978.

Козлов В.И., Гладышева А.А. Основы спортивной морфологии.
- М.: Физкультура и спорт, 1977.

Мак. Комас. А. Дж. Скелетные мышцы. – К.: Олимпийская литература, 2001. – 408 с.

Никитюк Б.А. Общая спортивная морфология. Лекции для студентов институтов физической культуры. - М.: ГЦОЛИФК, 1980.

Никитюк Б.А., Гладышева А.А. Анатомия и спортивная морфология (практикум). - М.: 1989.

Никитюк А.А., Коган Б.И. Адаптация скелета спортсменов. - К.: 1989.

Никитюк Б.А., Чтецова В.П. Морфология человека. - М.: Изд. МГУ, 1990.

Туманян Г.С., Мартиросов Э.Г. Телосложение и спорт. - М.: 1976.

4. Теми для наукових студій (рефератів).

5. Перелік питань для підсумкового контролю студентів.

ЕКЗАМЕНАЦІЙНІ ПИТАНЯ З КУРСУ

“АНАТОМІЯ ЛЮДИНИ З ОСНОВАМИ СПОРТИВНОЇ МОРФОЛОГІЇ”

для студентів 2 курсу факультету фізичного виховання

1. Анатомія як наука. Сучасні методи анатомічного дослідження.
2. Поняття про вікову анатомію. Значення знання вікової анатомії для майбутніх вчителів фізичного виховання.
2. Етапи розвитку анатомічних знань. Розвиток анатомії в сучасний період. Українська школа анатомів.
3. Осі та площини тіла. Анатомічна номенклатура.
4. Скелет як частина опорно-рухового апарата. Відділи скелета. Його значення.
5. Кістка як орган. Будова кісток, їх форма. Окістя і його значення.
6. Кісткова тканина. Остеон. Щільна та губчаста речовина кістки. Кістковий мозок.
7. Класифікація кісток. Морфологічні зміни кісток протягом життя.
8. Хімічний склад і фізичні властивості кісток.
9. Сполучення кісток. Види зрощення кісток за допомогою сполучної, хрящової та кісткової тканини.
10. Будова суглобів, їх види та форма.
11. Рухоме з'єднання кісток. Суглоби з однією, двома та багатьма осями обертання. Приклади.
12. Скелет тулуба, кістки, які його складають. Хребетний стовп. Будова хребців. Вікові особливості.
13. Грудна клітка як ціле. Види і будова ребер. Вікові особливості грудної клітки.
14. Скелет верхньої кінцівки. Сполучення кісток, осі обертання суглобів. Вікові особливості верхньої кінцівки.
15. Скелет нижньої вільної кінцівки. Кістки які її складають. Сполучення кісток нижньої кінцівки, осі обертання суглобів. Вікові особливості.

16. Тазовий пояс. Кістки таза, їх сполучення. Вікові особливості таза.
17. Скелет голови. Відділи черепа. Сполучення черепа. Вікові особливості черепа. Види швів.
18. Мозковий відділ черепа. Кістки мозкового відділу, їх з'єднання. Вікові особливості. З'єднання черепа із хребтом.
19. Лицевий відділ черепа, кістки, що його складають, їх з'єднання. Вікові особливості.
20. М'язи – активна частина опорно-рухового апарата. М'яз як орган. Форма м'язів.
21. Поняття про м'язову тканину, її види. Скелетні м'язи, їх будова. Вікові особливості м'язів.
22. Серцевий м'яз. Провідна система серця.
23. Допоміжні апарати м'язів, їх будова і значення.
24. М'язи голови. Особливості мимічних м'язів. Початок та місце їх прикріплення. Функції.
25. Жувальні м'язи, їх топографія. Початок та місце їх прикріплення. Функції.
26. М'язи шиї. Основні групи м'язів шиї. Топографія. Функції.
27. М'язи грудей. Група м'язів плечового пояса. Початок та місце прикріплення. Функції.
28. М'язи спини. Поділ їх на глибокі та поверхневі. Початок та прикріплення. Функції.
29. Власні м'язи грудей. Початок та місце прикріплення. Функції.
30. М'язи живота. Топографія. Вплив фізичних вправ на розвиток м'язів черевного преса.
31. М'язи тазового пояса. Їх початок та місце прикріплення. Функції.
32. М'язи вільної верхньої кінцівки. Початок і місце прикріплення. Функції.
33. М'язи вільної нижньої кінцівки. Топографія. Функції.
34. М'язи різних ділянок тіла, які приймають участь в акті дихання. Вплив фізичних вправ на розвиток дихальної мускулатури.
35. Система органів травлення. Загальна характеристика. Ротова порожнина, її стінки.
36. Органи ротової порожнини, їх будова. Слинні залози, їх протоки. Вікові особливості.
37. Топографія і будова глотки та стравоходу. Вікові особливості.
38. Шлунок його топографія та будова. Мікроскопічна будова його стінки. Вікові особливості будови шлунка.
39. Дванадцятипала кишка, її будова. Протоки, що в неї відкриваються.
40. Тонкий кишечник, його відділи. Мікроскопічна будова слизової оболонки тонкого кишечника. Вікові особливості.
41. Товстий кишечник, будова, його топографія. Відділи товстого кишечника. Вікові особливості.
42. Залози травної системи. Підшлункова залоза, її будова, значення для травлення.

43. Печінка, її топографія і будова. Жовчні протоки і жовчний міхур. Функції.
44. Система органів дихання, загальна характеристика. Носова порожнина, її поділ на дихальну і нюхову частини. Вікові особливості.
45. Топографія і будова гортані, її хрящі, суглоби і м'язи. Гортань як орган голосоутворення. Вікові особливості гортані.
46. Будова трахеї і бронхів. Розгалуження бронхів в легенях.
47. Легені, їх топографія і будова. Плевра, її листки, порожнина. Вікові особливості легень.
48. Мікроскопічна будова легень. Ацинус – структурно-функціональна одиниця легень.
49. Середостіння: органи, що складають переднє і заднє середостіння.
50. Система органів сечовиділення. Загальна характеристика. Топографія, форма, будова нирок. Мікроскопічна будова нирок. Нефрон. Вікові особливості.
51. Сечоводи, сечовий міхур, сечівник. Їх топографія, будова, значення. Вікові особливості.
52. Чоловічі статеві органи. Загальна характеристика. Їх поділ на зовнішні та внутрішні. Розвиток. Вікові особливості.
53. Жіночі статеві органи. Загальна характеристика. Їх поділ на зовнішні та внутрішні. Циклічні та вікові зміни.
54. Внутрішнє середовище організму. Склад і функції крові.
55. Лімфатична система її значення. Склад лімфи. Лімфатичні вузли і протоки. Селезінка, її будова.
56. Органи кровотворення та імунної системи. Будова та значення.
57. Серце. Топографія, будова, функції. Вікові особливості.
58. Судини організму. Види, будова. Кола кровообігу.
59. Судини голови і шиї. Кровообіг головного мозку.
60. Основні судини тулуба. Топографія.
61. Судини верхніх кінцівок, топографія.
62. Артерії і вени нижніх кінцівок.
63. Система ворітної вени.
64. Поняття про залози внутрішньої секреції. Класифікація. Гормони, їх значення. Гіпер- та гіпофункція залоз.
65. Епіфіз і гіпофіз. Топографія, будова. Гормони цих залоз, дія на організм. Вікові особливості.
66. Щитоподібна залоза. Топографія і будова. Гіпер- та гіпофункція залози. Дія її гормонів на організм.
67. Прищитоподібна залоза. Топографія, будова. Гормони, їх дія на організм. Гіпер- та гіпофункція залоз.
68. Вилочкова залоза. Топографія, будова. Вікові особливості вилочної залози, її значення для організму.
69. Ендокринна частина підшлункової залози, її гормони, значення для організму.

70. Надниркові залози, топографія і будова. Гормони кіркового та мозкового шару наднирників. Функціональне значення цих гормонів.
71. Ендокринна частина статевих залоз. Чоловічі та жіночі статеві гормони, їх дія на організм. Вікові особливості.
72. Нервова система. Її функціональне значення, відділи. Нейрон, нервове волокно, нерви. Рефлекс, як основний принцип діяльності нервової системи. Рефлекторна дуга, її ланки.
73. Центральна нервова система. Спинний мозок, його будова і функція. Оболонки мозку.
74. Головний мозок, його відділи. Оболонки мозку. Вікові особливості.
75. Топографія та будова довгастого мозку. Його функціональне значення
76. Задній та середній мозок. Топографія, будова. Функціональне значення цих відділів головного мозку.
77. Топографія та будова проміжного мозку. Морфологія зорових горбів. Значення різних ділянок проміжного мозку.
78. Кінцевий мозок. Кора мозку, її мікроскопічна будова. Структурно-функціональна організація кори великих півкуль.
79. Поняття про цитоархітектоніку кори. Основні поля кори великих півкуль. Кора як система мозкових кінців аналізаторів.
80. Периферична нервова система. Спинно-мозкові нерви. Нервові сплетіння, зони їх іннервації.
81. Черепно-мозкові нерви. Кількість, назва, місця відходу від мозку, зони іннервації.
82. Автономна нервова система, її відділи, будова. Анатомічні і функціональні особливості автономної нервової системи.
83. Поняття про аналізатори, їх відділи. Значення органів чуттів як периферичної частини аналізаторів. Аналізатор нюху. Центральний та периферичний відділи. Вікові особливості.
84. Аналізатор смаку. Будова периферичного відділу. Центр смаку. Вікові особливості.
85. Слуховий аналізатор. Будова периферичного відділу. Мікроскопічна будова внутрішнього вуха. Вікові особливості.
86. Вестибулярний аналізатор. Периферична і центральна частина, їх будова. Значення вестибулярного аналізатора.
87. Аналізатор шкірного чуття. Рецептори шкіри. Центральний відділ. Значення.
88. Аналізатор зору. Очне яблуко, його оболонки, рецептори зору. Центральний відділ зорового аналізатора.
89. Акомодація ока, допоміжний апарат ока, його складові. Їх будова.
90. Спортивна морфологія як наука.
91. Значення спортивно морфології в системі підготовки тренерів і педагогів по фізичному вихованні.
92. Історія розвитку спортивно морфології.
93. Пристосованість організму спортсмена до тренувальних та змагальних навантажень.

94. Поняття про адаптацію, фактори адаптації, її види. Стадії адаптації.
95. Поняття про гіпертрофію, її види.
96. Атрофія, її прояви.
97. Фізичний розвиток людини. Фактори, що впливають на фізичний розвиток.
98. Особливості фізичного розвитку у спортсменів різних спеціальностей.
99. Поняття про антропометрію. Антропометричні точки, місця їх визначення.
100. Визначення поздовжніх, поперечних і обхватних розмірів тіла.
101. Склад тіла людини. Зміни складу тіла під впливом занять спортом.
102. Поняття про пропорції тіла. Модулі і канони.
103. Класифікація пропорцій тіла. Пропорції тіла спортсменів різних спеціалізацій.
104. Поняття про конституцію. Фактори, що обумовлюють конституцію людини.
105. Поняття про поставу, її види, ознаки.
106. Конституційні особливості статури спортсменів різних спеціалізацій.
107. Основний закон остеології П.Ф.Лесгафта.
108. Методи вивчення змін, що відбуваються в кістковій системі під впливом фізичних навантажень.
109. Адаптаційні зміни скелета під впливом занять спортом.
110. Морфологічні зміни в будові кісток різних відділів скелета.
111. Виникнення передпатологічних і патологічних змін в скелеті.
112. Поняття про гнучкість тіла і рухливість в суглобах.
113. Фактори, що забезпечують рухливість в суглобах.
114. Адаптаційні зміни зв'язочно-суглобового апарату у спортсменів різних спеціалізацій.
115. Передпатологічні зміни в руховому апараті спортсмена.
116. Засоби і методи збільшення рухливості в суглобах.
117. Робоча гіпертрофія м'язової тканини. Її морфологічні ознаки.
118. Перебудова м'язів під впливом статичних і динамічних навантажень.
119. Особливості перебудови скелетних м'язів під впливом фізичних навантажень різної інтенсивності.
120. Наслідки порушення рухового режиму.
121. Серце при фізичному навантаженні.
122. Нераціональні прояви адаптації, способи їх усунення.
123. Реакція крові на фізичні навантаження.
124. Вплив фізичних навантажень на будову нерва.
125. Спорт і залози зовнішньої секреції.