

КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОПЕТРОВСЬКИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ СПОРТУ»
ДНІПРОПЕТРОВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ»

ЗАТВЕРДЖУЮ
Директор коледжу
Олег ДЕРЛЮК
«» 2025 року



ПРОГРАМА
освітнього компонента

АНАТОМІЯ ЛЮДИНИ ТА СПОРТИВНА МОРФОЛОГІЯ

підготовки фахового молодшого бакалавра
зі спеціальності А7 Фізична культура і спорт
галузі знань А Освіта

РОЗРОБНИК ПРОГРАМИ:

Світлана ПОЛІТОВА – спеціаліст вищої кваліфікаційної категорії

Обговорено на засіданні циклової комісії професійної та практичної підготовки

« 29 » серпня 202 5 року, протокол № 2

Схвалено методичною радою

« 29 » серпня 202 5 року, протокол № 1

Голова методичної ради Маш Олена КУДЗІЄВА

Вступ

Програма освітнього компонента **АНАТОМІЯ ЛЮДИНИ ТА СПОРТИВНА МОРФОЛОГІЯ** складена відповідно до освітньо-професійного ступеня підготовки **фахового молодшого бакалавра** спеціальності **А7 Фізична культура і спорт** галузі знань **А Освіта**

Предметом вивчення освітнього компонента є будова організму людини, його окремих систем, органів, тканин, та основи спортивної та вікової морфології.

Місце освітнього компонента в структурно-логічній схемі підготовки - при вивченні освітнього компонента здобувачі освіти потребують базових знань шкільного курсу з анатомії людини, основ медичних знань, основ екології, біологічної фізики та біоорганічної хімії, морфологічних дисциплін.

1. Мета та завдання освітнього компонента

1.1. *Метою вивчення освітнього компонента є* забезпечення майбутніх фахівців галузі фізичного виховання, спорту та здоров'я людини науково обґрунтованими знаннями будови людського тіла, характером змін, що виникають в ньому з віком і під впливом фізичних навантажень та необхідними практичними навичками.

1.2. *Завданнями вивчення освітнього компонента є* вивчення змін будови людського організму в процесі онтогенезу, відповідно до умов життя, роду занять, фізичних навантажень; вивчення зовнішніх форм і внутрішньої будови організму людини і з'ясування закономірностей будови органів у зв'язку з їх функцією; вивчення змін будови людського організму в процесі онтогенезу, відповідно до умов життя, роду занять, фізичних навантажень; забезпечити здобувачів освіти знаннями основ спортивної, вікової та конституційної морфології; сформувати у здобувачів освіти вміння застосовувати морфологічні методики: антропометрію, гоніометрію та інші для оцінювання рівня фізичного розвитку людини, визначення соматотипу, пропорцій тіла, визначення складу тіла; забезпечити вміння правильно оцінювати зміни, що відбуваються в організмі під впливом фізичних навантажень і використовувати ці знання з профілактичною метою, для покращення здоров'я людини або для підвищення професійної майстерності.

1.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми здобувачі освіти повинні:

знати :

- будову організму людини, його окремих частин і органів;
- закономірності змін у будові організму відповідно до віку, роду занять, фізичних навантажень;
- анатомічну номенклатуру;
- фізіологічні та функціональні системи людського організму;
- участь та стан систем організму людини при фізичних вправах;
- основні закономірності вікових змін в будові організму людини;
- анатомічні особливості дітей, підлітків, людей літнього віку;
- основи спортивної морфології;

- структурні зміни, що розвиваються в організмі людини під впливом фізичних навантажень;
- взаємозв'язок будови органів з виконуваними функціями.

вміти:

- характеризувати організм людини як біологічну систему;
- розпізнавати органи та системи органів людини на моделях, муляжах;
- пояснювати зв'язок між будовою і функціями органів організму людини;
- опрацьовувати наукову літературу з анатомії людини;
- користуючись методичними посібниками, підручниками та атласом, а також на основі знань теоретичного матеріалу розрізняти м'язи за їх груповими та функціональними ознаками;
- оцінювати пропорції тіла, соматотип, рівень фізичного розвитку, стан склепінь стопи, поставу тіла;
- використати отримані знання для вивчення інших предметів медико-біологічного циклу;
- користуючись методичними посібниками, підручниками та атласом, а також на основі знань теоретичного матеріалу визначати судини великого та малого кіл кровообігу, черепно-мозкові та периферичні нерви.

1.4. Відповідно до ОПП *програмними результатами навчання є:*

РН6 Застосовувати академічні знання та практичні навички в організації самостійної роботи та саморозвитку.

РН13 Застосовувати у професійній діяльності знання анатомо-фізіологічних особливостей організму людини під час планування занять фізичною культурою і спортом.

РН20 Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, біохімічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.

1.5. Відповідно до освітньо-професійної програми даному освітньому компоненту *відповідають наступні сформовані компетентності:*

ЗК2 Здатність до розуміння предметної області та професійної діяльності.

ЗК3 Здатність до спілкування державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК5 Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел, використання інформаційних та комунікаційних технологій в практичній діяльності.

ЗК7 Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК9 Здатність визначати роль фізичного виховання і спорту для формування здорового способу життя, збереження та зміцнення здоров'я людини.

ЗК10 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

СК4 Здатність використовувати знання про будову та функціонування організму людини.

СК8 Здатність до оцінки та моніторингу рівня здоров'я людини.

На вивчення освітнього компонента відводиться 150 годин/5кредитів ECTS.

2. Інформаційний обсяг освітнього компонента

Модуль I. ВСТУП. ВЧЕННЯ ПРО НУТРОЩІ.

1. Вступ.

2. Анатомічна будова органів травної, сечостатевої, ендокринної систем.

Модуль II. БУДОВА СУДИННОЇ ТА ІМУННОЇ СИСТЕМ. ВЧЕННЯ ПРО НЕРВОВУ СИСТЕМУ ТА ОРГАНИ ЧУТТЯ.

1. Анатомічна будова органів дихальної, судинної та імунної систем.

2. Анатомія нервової системи.

3. Анатомічна характеристика аналізаторів.

Модуль III. ОПОРНО-РУХОВИЙ АПАРАТ ЛЮДИНИ.

1. Загальна анатомія кісток і їх з'єднань.

2. М'язова система.

Модуль IV. ОСНОВИ СПОРТИВНОЇ МОРФОЛОГІЇ.

1. Вступ в спортивну морфологію.

2. Фізичний розвиток людини і методи його оцінювання.

Модуль V. АДАПТАЦІЯ СИСТЕМ ОРГАНІЗМУ.

1. Адаптація систем організму до фізичних навантажень.

Зміст освітнього компонента

Модуль I. ВСТУП. ВЧЕННЯ ПРО НУТРОЩІ.

1. ВСТУП.

Анатомія як наука. Сучасні уявлення про будову людського організму. Рівні організації організму людини.

2. АНАТОМІЧНА БУДОВА ОРГАНІВ ТРАВНОЇ, СЕЧОСТАТЕВОЇ, ЕНДОКРИННОЇ СИСТЕМ.

Вступ до спланхнології. Загальний план будови внутрішніх органів. Анатомія травної системи людини. Анатомія сечової системи людини. Анатомія статевих систем людини. Анатомія ендокринного апарата людини.

Модуль II. БУДОВА СУДИННОЇ ТА ІМУННОЇ СИСТЕМ. ВЧЕННЯ ПРО НЕРВОВУ СИСТЕМУ ТА ОРГАНИ ЧУТТЯ.

3. АНАТОМІЧНА БУДОВА ОРГАНІВ ДИХАЛЬНОЇ, СУДИННОЇ ТА ІМУННОЇ СИСТЕМ.

Анатомія дихальної системи людини. Анатомія серцево-судинної системи людини. Серце, його топографія, будова й фази роботи. Кола кровообігу. Анатомія лімфатичної системи та органи імуногенезу.

4. АНАТОМІЯ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ.

Нервова система. Будова й функціональне значення нервової системи. Спинний мозок. Головний мозок. Периферична нервова система. Автономна нервова система.

5. АНАТОМІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА АНАЛІЗАТОРІВ.

Загальна естезіологія. Органи зору, нюху, смаку. Органи слуху та вестибулярний апарат. Будова шкіри.

Модуль III. ОПОРНО-РУХОВИЙ АПАРАТ ЛЮДИНИ.

6. ЗАГАЛЬНА АНАТОМІЯ КІСТОК І ЇХ З'ЄДНАНЬ

Міжнародна анатомічна номенклатура. Анатомічні осі та площини. Поняття про опорно-руховий апарат. Анатомія кісток і їхніх з'єднань. Анатомія осьового скелета: кістки черепа, тулуба та їх з'єднання. Осьовий скелет та грудна клітка, їх будова, функції, з'єднання. Скелет голови – череп; його відділи, з'єднання кісток. Скелет і основа черепа. Анатомія додаткового скелета: скелет верхніх кінцівок. З'єднання кісток кінцівок. Скелет верхніх кінцівок. Анатомія додаткового скелета: скелет нижніх кінцівок. З'єднання кісток кінцівок. Скелет нижніх кінцівок.

7. М'ЯЗОВА СИСТЕМА.

Міологія. Будова, класифікація та робота м'язів. М'язи голови, шиї та тулуба. М'язи верхньої та нижньої кінцівок. М'язи плечового поясу та вільної верхньої кінцівки. М'язи тазового поясу та вільної нижньої кінцівки.

Модуль IV. ОСНОВИ СПОРТИВНОЇ МОРФОЛОГІЇ.

8. ВСТУП В СПОРТИВНУ МОРФОЛОГІЮ.

Предмет, завдання і значення спортивної морфології. Методи дослідження. Антропометрія.

9. ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ЛЮДИНИ І МЕТОДИ ЙОГО ОЦІНЮВАННЯ.

Фізичний розвиток, його показники і фактори, які його вивчають. Методи оцінювання фізичного розвитку. Склад тіла. Рухомість у суглобах, фактори, що їх визначають і особливості у спортсменів різних спеціалізацій. Конституція людини та фактори, що її визначають. Пропорції тіла. Роль конституції та пропорцій тіла у спортивному відборі. Сила м'язів та її вимірювання. Скелетні стопа, їх форма та методи оцінювання. Постава тіла.

Модуль V. АДАПТАЦІЯ СИСТЕМ ОРГАНІЗМУ.

10. АДАПТАЦІЯ СИСТЕМ ОРГАНІЗМУ ДО ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ.

Основні поняття про адаптацію організму до фізичних навантажень. Адаптація м'язової системи до фізичних навантажень. Адаптація кісткової системи до фізичних навантажень. Адаптаційні зміни в серці та кровоносних судинах під впливом фізичних навантажень. Адаптаційні зміни у будові нервової системи та внутрішніх органів під впливом фізичних навантажень.

3. Рекомендована література

Основна:*

1. Гриньків М.Я. Анатомія людини: навч. посіб. для лабораторних занять / М.Я. Гриньків, Ф.В. Музика, С.М. Маєвська, Т.М. Куцериб. – Львів: ЛДУФК, 2015.
2. Гриньків М.Я. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології): навч. посіб. / Гриньків М.Я., Вовканич Л.С., Музика Ф.В.– Львів, 2015.
3. Гриньків М.Я. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології): навч. посіб. / М.Я Гриньків, Г.Г. Баранецький – Львів: Укр. технології, 2006.
4. Музика Ф.В. Анатомія людини: навч. посіб./ Ф.В. Музика, М.Я. Гриньків, Т.М. Куцериб – Львів: ЛДУФК, 2014.
5. Спортивна морфологія: навч. посіб./ авт. кол. Музика Ф.В., Вовканич Л.С., Гриньків М.Я., Маєвська С.М., Куцериб Т.М.; за ред. Музики Ф.В. – Львів: ЛДУФК, 2015.
6. Спортивна морфологія: навч. посіб./ за ред. Музики Ф.В. – Львів: ЛДУФК, 2011.
7. Анатомія людини: підручник у 3 томах / А.С. Головацький, В.Г. Черкасов, М.Р. Сапін, А.І. Парахін, О.І. Ковальчук. Вид. 6-те, доопрацьоване. Вінниця: Нова книга, 2019.
8. Анатомія людини. В.Г. Черкасов, С.Ю. Кравчук. – Вінниця: Нова книга, 2015. - 176-184 с. (навчально-методичний посібник).
9. Черкасов В.Г., Хмара Т.В., Макар Б.Г., Проняев Д.В. Анатомія людини. Чернівці: Мед. Університет, 2012. (підручник).
10. Самусев Р.П. Атлас з анатомії людини. Тернопіль: «Навчальна книга «Богдан», 2017.
11. Анатомія людини: курс лекцій: навчальний посібник / Ю.П. Костиленко, О.К. Прилуцький, В.Г. Гринь, І.І. Старченко. - Полтава: Гонтар О.В., 2015.
12. Сидоренко П.І. Анатомія та фізіологія людини: підручник. – К.: Медицина, 2015.

Додаткова:

1. Бріжата А.І. Анатомія людини. Зошит для лабораторних робіт. – Суми: Видавництво СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2011.
2. Костиленко Ю.П. Практикум з анатомії людини. – К.: Вид-во Медицина, 2015.
3. Григорєва О.А., Світлицький А.О. Конспект лекцій з дисципліни «Анатомія людини», - 2020.
4. Шварц Л.О. Абрамчук О.М. Лабораторні роботи з курсу «Анатомія людини», - 2012.
5. Чижик В.В., Запорожець О.П. Спортивна морфологія: навчальний посібник для студентів. – Луцьк: ПВД Твердиння, 2009.

6. Гриньків М.Я., Музика Ф.В., Маєвська С.М., Куцериб Т.М. Навчальний посібник для лабораторних занять з курсу «Анатомія людини». – Львів, ЛДУФК, - 2012.

7. Навчальний посібник для лабораторних занять з курсу «Анатомія людини» / Гриньків М.Я., Музика Ф.В., Маєвська С.М., Куцериб Т.М. – Вид. 2-ге, допов. – Львів: ЛДУФК, 2013.

8. Неведомська Є.О. Нормальна анатомія людини: навч. посіб. для практичних і самостійних робіт для студ. вищ. навч. закл./ Євгенія Олексіївна Неведомська. – К.: Київськ. ун-т імені Бориса Грінченка, 2019.

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання: II семестр – екзамен

5. Засоби діагностики успішності навчання: семінарські заняття, практичні роботи, письмові роботи, модульні контрольні роботи, екзамен.

Засоби для проведення початкового, поточного, проміжного та підсумкового контролю знань здобувачів освіти

початковий (семінарські заняття), поточний (виконання практичних робіт, письмових робіт), проміжний (виконання модульних контрольних робіт) і підсумковий контроль (екзамен).