

ПРОГРАМА НОРМАТИВНОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«АНАТОМІЯ ЛЮДИНИ»
для студентів за напрямом підготовки 6.010201 Фізичне виховання

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни “Анатомія людини” складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалавра напрямку підготовки “6.010201 Фізичне виховання”.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є основні структурні елементи будови людського організму з урахуванням їх історичного розвитку, взаємодії з зовнішнім середовищем, вікових та індивідуальних особливостей і змін, що відбуваються в ньому в процесі активної рухової діяльності.

Міждисциплінарні зв'язки: передуює вивченню інших дисциплін медико-біологічного циклу: спортивна морфологія, загальна та спортивна фізіологія, гігієна, біохімія, спортивна медицина

Програма навчальної дисципліни складається з таких змістових модулів:

1. Анатомічна термінологія. Будова кісток скелета людини, їх з'єднання.
2. Мієнологія.
3. Сплахнологія (вчення про нутрощі).
4. Ангієнологія та неврологія.

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

1.1. Метою викладання навчальної дисципліни “Анатомія людини” є озброїти студентів знаннями будови людського організму з урахуванням його історичного розвитку, взаємодії з зовнішнім середовищем, вікових та індивідуальних особливостей розвитку і тих змін, що відбуваються в ньому в процесі активної рухової діяльності

1.2. Основними завданнями вивчення дисципліни “Анатомія людини” є :

- поглибити біологічну і методичну підготовку майбутніх фахівців;
- підготувати студентів до науково-обґрунтованого проведення занять з фізичної культури з урахуванням морфологічних особливостей будови тіла;
- сформувати у студентів практичні навички визначення і оцінки будови тіла і фізичного розвитку дитини за морфологічними ознаками;
- підготувати студентів до вивчення інших дисциплін біологічного циклу та професійного спрямування.

1.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

знати :

- принципи роботи з джерелами знань: навчальною літературою, спеціальною науковою літературою, довідниками, пресою;
- основні принципи отримання, збору, аналізу, систематизації і узагальнення інформації;
- основні відомості в будові людського і тваринного організмів;
- клітинну будову організму людини як основну форму організації живої матерії;
- етапи розвитку людського організму в ембріональному та постембріональному періодах;

- взаємозалежність між видом з'єднання кісток, функціями опорно-рухового апарату і напрямком та характером рухів в суглобах;
- особливості будови скелету людини в зв'язку з вертикальним положенням тіла;
- основні групи м'язів, що забезпечують різноманітні рухи в суглобах та в дихальних актах;
- топографію, індивідуальні, вікові і статеві особливості усіх систем внутрішніх органів людини:
 - особливості будови стінок кровоносних судин і їх вікові зміни;
 - адаптаційні особливості будови різних систем внутрішніх органів;
 - роль нервової системи в забезпеченні цілісності організму людини;
 - значення органів чуттів в процесах підтримання життєдіяльності організму.

вміти :

- ефективно застосовувати теоретичні професійні знання у практичній діяльності;
- формувати в учнів науковий світогляд, дбати про системну і екологічну культуру вихованців;
- організовувати гурткову та індивідуальну роботу з учнями, які мають нахил до фізичної культури;
- прищепити учням навички самостійних занять з фізичної культури з метою покращення фізичної працездатності та здоров'я;
 - демонструвати усі види рухів тулуба, кінцівок, голови;
 - визначати проекції скелетних структур на поверхню тіла;
 - визначати контури поверхневих м'язів тіла;
 - демонструвати різноманітні дії м'язів у суглобах;
- визначати основні орієнтири для проекції грудних та черевних органів на поверхню тіла;
- демонструвати місця притискання судин і визначення пульсу в різних ділянках тіла в разі кровотеч;
- визначати проекцію поверхневих і глибоких лімфовузлів на поверхню тіла;
- скласти характеристику всіх систем організму людини;
- описати функціональне значення всіх систем організму людини.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 144 години / 4,0 кредитів ЄКТС.

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

Модуль 1. Анатомічна термінологія. Опорно-руховий апарат.

Змістовий модуль 1. Анатомічна термінологія. Будова кісток скелета людини, їх з'єднання.

Тема 1. Вступ до анатомії. Анатомічна термінологія.

Вступ. Предмет і завдання анатомії людини, її місце в системі біологічних дисциплін. Історія розвитку анатомії. П. Ф. Лесгафт – засновник функціонального напрямку в анатомії і теорії фізичного виховання. Сучасні напрями розвитку анатомічних досліджень. Анатомічна термінологія. Поняття про орган, систему органів, апарат і організм.

Тема 2 . Основи цитології та гістології.

Клітинна будова організму людини. Клітина як основна форма організації живої матерії. Будова клітини тваринного організму: ядро, цитоплазма, органіди загального та спеціального призначення. Основні життєві функції клітини, неклітинні структури живої матерії. Розмноження соматичних та статевих клітин. Тканинна будова організму людини. Структурна та функціональна організація тканин, їх класифікація. Будова, топографія і

функціональне значення епітеліальної тканини. Особливості будови, топографія і функціональне значення м'язової тканини. Особливості будови, топографія і функціональне значення сполучної тканини. Особливості будови, топографія і функціональне значення нервової тканини.

Тема 3. Osteологія.

Розвиток, будова кісток, вікові особливості. Зміни в будові губчастої і компактної кісткової тканини під впливом фізичних навантажень. Форма кісток. Ріст кісток в довжину. Види сполучення кісток. Основні та допоміжні елементи суглобового сполучення. Класифікація суглобів по формі та осях обертання. Патологічні зміни в суглобах під час занять при надмірних фізичних навантаженнях. Функції скелетної системи.

Тема 4. Скелет голови.

Загальний огляд будови черепа. Кістки мозкового черепа. Найважливіші отвори черепа та їх функціональне значення. Лицевий череп. Поняття про контрфорси черепа, їх функціональне значення і врахування в спортивній практиці. Вікові, індивідуальні і статеві особливості черепа.

Тема 5. Скелет тулуба.

Особливості будови хребта людини в зв'язку з вертикальним положенням тіла. Порівняльна характеристика будови хребців різних відділів хребта. Види сполучення між хребцями, їх рухомість. Фізіологічні і набуті вигини хребта. Скелет грудної клітки, її форма. Вплив фізичних вправ на форму, об'єм і рухомість грудної клітки. Формування правильної постави.

Тема 6. Скелет кінцівок.

Особливості будови і рухомості кісток верхньої кінцівки як органу праці. Будова кісток поясу верхньої кінцівки, їх сполучення. Кістки вільної верхньої кінцівки, їх сполучення. Суглоби верхньої кінцівки, їх рухомість. Особливості будови кисті. Проекція кісткових утворень верхньої кінцівки на зовнішню поверхню тіла. Будова кісток пояса нижньої кінцівки, їх сполучення. Опорно-ресорна функція стопи. Види склепіння.

Змістовий модуль 2. Міологія.

Тема 7. Міологія

Будова та значення м'язової системи. Будова м'яза як органа. Види м'язових волокон. Додатковий апарат м'язів і його функціональне значення. Рефлекторний механізм дії скелетних м'язів. Види м'язової роботи. Класифікація м'язів. М'язи шиї і голови. Топографія жувальних і мимічних м'язів. Поверхневі і глибокі м'язи шиї, їх участь в рухах голови та шийного відділу хребта. Вплив фізичних вправ на ростові процеси м'язової системи.

Тема 8. М'язи тулуба.

Топографія і функціональне значення м'язів грудей (великий і малий грудний, міжреберні, зубчастий, діафрагма), їх участь в рухах верхньої кінцівки, тулуба і акті дихання. Поверхневі і глибокі м'язи спини, їх топографія і функція. М'язи живота. Черевний прес і його значення для роботи внутрішніх органів та рухів тулуба.

Тема 9. М'язи верхньої та нижньої кінцівок.

Топографія і функціональне значення м'язів та фасцій верхньої кінцівки.

Рухи пояса верхньої кінцівки. Рухи вільної верхньої кінцівки. М'язи тазового пояса. М'язи вільної нижньої кінцівки. Фасції нижньої кінцівки. Рухи нижньої кінцівки. Перебудова м'язові під впливом фізичних навантажень.

Модуль 2. Спланхнологія. Ендокринна система.

Ангіологія. Неврологія.

Змістовий модуль 3. Спланхнологія (вчення про внутрішні)

Тема 10. Система травлення

Загальний огляд будови внутрішніх органів, їх класифікація. Топографія органів травлення. Будова стінки травної трубки. Топографія і функціональне значення ротової порожнини. Глотка, стравохід. Роль лімфоїдного кільця глотки. Макро-мікроскопічна будова шлунка, тонкої і товстої кишки. Функціональне значення печінки і підшлункової залози. Поняття про очеревину.

Тема 11. Дихальна система.

Загальна характеристика органів дихання. Верхні і нижні дихальні шляхи. Гортань як орган дихання і звуку. Мікроскопічна будова легень. Функціональне значення плеври. Вікові особливості органів дихання. Вплив м'язових навантажень на дихальну систему.

Тема 12. Будова ендокринних залоз.

Загальна характеристика будови і функцій залоз внутрішньої секреції. Класифікація залоз внутрішньої секреції. Топографія і функціональне значення щитовидної залози, епіфіза, гіпофіза, наднирників. Залози змішаної секреції. Вплив занять спортом на морфо-функціональні показники залоз внутрішньої секреції.

Змістовий модуль 4. Ангіологія та неврологія.

Тема 13. Ангіологія. Кровоносна система.

Загальна характеристика судинної системи. Склад та властивості крові. Особливості будови еритроцитів, лейкоцитів, їх норма і роль в організмі. Профілактика розвитку малокрів'я у дітей. Онтогенез кровоносної системи. Поняття про кровотворення. Кровотворні органи.

Тема 14. Будова серця і судин.

Велике і мале коло кровообігу. Функціональне значення кровоносної системи. Будова стінок кровоносних судин. Мікроциркуляторне русло та його адаптивні зміни під впливом занять спортом. Топографія, форма і будова серця. Провідна система серця. Вплив фізичних вправ на роботу серця. Спортивне серце. Артеріальна система кровообігу. Закономірності ходу кровоносних судин. Аорта, її відділи. Кровопостачання голови і шиї, верхньої кінцівки, стінок і органів черевної порожнини, нижніх кінцівок. Легенева артерія. Венозна система кровообігу. Особливості ходу венозних судин, їх вікові зміни, система вен верхньої порожнистої вени, система вен нижньої порожнистої вени. Ворітна система кровообігу. Функціональне значення лімфатичної системи.

Тема 15. Неврологія. Будова нервової системи.

Морфо-функціональна характеристика нервової системи. Рефлекторна діяльність нервової системи. Філогенез і онтогенез нервової системи. Характеристика нейронів. Роль синапсів. Класифікація нервової системи. Будова спинного мозку. Ядра сірої речовини та їх функція. Рефлекторна і провідникова функція спинного мозку. Утворення спинномозкових нервів, їх сплетення і області іннервації. Головний мозок. Онтогенез головного мозку, зовнішня і внутрішня будова довгастого мозку. Топографія, будова і значення мозочка. Функціональне значення чотиригорбкового тіла. Будова проміжного мозку. Поняття про ретикулярну формацію. Морфологічна будова півкуль великого мозку. Локалізація центрів в корі. Провідні шляхи головного мозку. Шлуночки та оболони головного мозку.

Тема 16. Вчення про аналізатори.

Класифікація органів чуття, їх значення при виконанні фізичних вправ. Органи чуття – периферична частина аналізаторів. Будова органів зору. Будова органу слуху та рівноваги. Провідні шляхи слухового і вестибулярного аналізаторів. Шкіра.

3. Рекомендована література

Базова

1. Савчук Г.Г. Анатомія людини. Зошит для самостійних робіт / Г.Г. Савчук, О.В. Слипаник - Ів. – Франківськ: НАІР, 2012 – 168с.
2. Коляденко Г.І. Анатомія людини/ Г.І. Коляденко - К.: Либідь, 2009. – 386 с.
3. Федонюк Я.І. Функціональна анатомія./ Я.І. Федонюк - Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2007. – 552 с
4. Свиридов О.І. Анатомія людини / О.І. Свиридов - К.: Вища школа, 2000. – 399
5. Алкамо Э. Анатомия. Учебное пособие/ Эдуард Алкамо; Пер. с англ. И.Гиляровой. – М.:ООО «Изд-во Астрель»: ООО «Изд-во АСТ», 2008. – 288с.

Допоміжна

1. Аносов І.П. Анатомія людини в схемах: Навч.наоч. посіб./ І.П. Аносов, В.Х. Хоматов - К.: Вища шк., 2002.- 191с.: іл..
2. Бодян О.П., Зданюк В.В., Заїкін А.В. Анатомія людини з основами спортивної морфології: Навчально-методичний посібник/ О.П. Бодян, В. В. Зданюк, А.В. Заїкін – Кам'янець-Подільський: Медобори – 2009. – 247 с.
3. Воробьев Е. А. Анатомия и физиология / Е.А. Воробьев, А.В.Губарь, Е.Б. Сафьянникова – М.: медицина,1981 - 416 с.
4. Гаврилов Л.Ф., Татаринов В. Г. Анатомия: Учебник / Л.Ф. Гаврилов, В. Г. Татаринов - М.: Медицина, 1985. – 368 с.
5. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека / М.Ф.Иваницкий – Физкультура и спорт, 1985. – 544 с.
6. Этинген Л.Е. Страна анатомия/ Л.Е. Этинген – М.: Сов. Россия, 1982. – 288 с., 8 л. вкл.
7. Козлов В.И. Анатомия человека / В.И. Козлов– М.: Физкультура и спорт, 1985. – 464 с.
8. Людина: Навчальний посібник з анатомії та фізіології. – Львів: БаК, 2003. – 240 с.
9. Никитюк Б.А. Анатомия и спортивная морфология / Б.А. Никитюк., А.Л. Гладышева – М.: фізкультура и спорт, 1989. -176 с.
10. Свиридов О.І. Анатомія людини: Підручник/За ред. І.І. Бобрика. – К.: Вища школа, 2001. – 399 с.
11. Сидоренко П.І. Анатомія та фізіологія людини: Підручник / П.І. Сидоренко, Г.О. Бондаренко, С.О. Куц. – К.: Медицина, 2007. – 248 с. (в т.ч. 48 с. кол. Вкл..).
12. Шапаренко П.П. Анатомія людини: У 2 т./ П.П. Шапаренко, Л.П. Смольський - К.: Здоров'я, 2003. – Т.1.- 376 с.
13. Шапаренко П.П. Анатомія людини: У 2 т./ П.П. Шапаренко, Л.П. Смольський - К.: Здоров'я, 2005. – Т.2.- 372 с.

Інформаційні ресурси

1. Цигикало О.В. Анатомія людини: ілюстрований навчальний посібник для самостійної підготовки студентів [Електронний ресурс] / О.В.Цигикало // Режим доступу до посібника : <http://arr.chnu.edu.ua/handle/123456789/164>
2. Коляденко Г.І. Анатомія людини [Електронний ресурс] / Г.І. Коляденко - К.: Либідь, 2009. – 386 с. Режим доступу до підручника: http://medterms.com.ua/load/anatomija/anatomija_ljudini/3-1-0-15

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання екзамен

5. Засоби діагностики успішності навчання:

- поточне вибіркове опитування на лекціях;
- перевірка готовності до лабораторних занять;
- перевірка готовності до практичних занять;
- поточне тестування;
- звіт за змістовий модуль;
- самоконтроль;
- захист навчально-дослідних завдань;
- захист рефератів.