

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНИКА**



Коломийський навчально-науковий інститут

Кафедра педагогіки і психології

СИЛАБУС

НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОК 7 «АНАТОМІЯ ЛЮДИНИ І

СПОРТИВНА МОРФОЛОГІЯ»

Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський)

Освітня програма Середня освіта (фізична культура)

Спеціальність 014 Середня освіта (фізична культура)
шифр і назва

Спеціалізація _____
за наявності

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка
шифр і назва

Затверджено на засіданні кафедри
Протокол № 7
Від 25 січня 2024 р.

м. Коломия – 2024

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	Анатомія людини і спортивна морфологія
Викладач (-і)	Слипанюк О.В.
Контактний телефон викладача	+380984867683
Е-mail викладача	olga.slipanyuk@pnu.edu.ua
Формат дисципліни	Очний/заочний
Обсяг дисципліни	6 кредитів ЄКТС, 180 год.
Посилання на сайт дистанційного навчання	https://d-learn.pnu.edu.ua/course/subscription/through/url/a5fb97d7b8aae7d1211a
Консультації	Згідно графіка консультацій викладача
2. Анотація до навчальної дисципліни	
Навчальна дисципліна «Анатомія людини і спортивна морфологія» є нормативною компонентою освітньо-професійної програми «Середня освіта (Фізична культура)» підготовки здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти зі спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура). Навчальна дисципліна «Анатомія людини і спортивна морфологія» передбачає формування у здобувачів знань про особливості будови людського організму, як на клітинному так і на системному рівні. 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. Вивчення навчальної дисципліни «Анатомія людини і спортивна морфологія» передусє вивченню інших дисциплін медико-біологічного циклу: спортивна морфологія, загальна та спортивна фізіологія, гігієна, біохімія, спортивна медицина та інші.	
3. Мета та цілі навчальної дисципліни	
<u>Метою</u> навчальної дисципліни є вивчення 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 <u>Основними цілями</u> навчальної дисципліни є вивчення анатомічної термінології. Будови кісток скелета людини та їх з'єднання, будови м'язів та внутрішніх органів організму людини.	
4. Програмні компетентності та результати навчання	

Інтегральна компетентність

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в сфері освіти (фізична культура), що передбачає застосування теорій, технологій та методів відповідних наук та педагогіки, фізичної культури і спорту, фізіології, біомеханіки, морфології і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації освітнього процесу в закладах освіти, а також у сфері туризму

Загальні компетентності:

ЗК-1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

ЗК-9. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Фахові компетентності:

ФК-1. Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичної культури, 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.

ФК-2. Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичній культурі

ФК-6. 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

ФК-14. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

Професійні компетентності

ПК 1. Здатність забезпечувати здобуття учнями освіти державною мовою; здатність моделювати зміст навчання відповідно до обов'язкових результатів навчання учнів.

ПК 2. Здатність визначати і враховувати і враховувати в освітньому процесі вікові та інші індивідуальні особливості учнів.

ПК 3. Здатність створювати умови, що забезпечують функціонування інклюзивного освітнього середовища.

ПК 4. Здатність організувати процес навчання, виховання і розвитку.

ПК 5. Здатність застосовувати наукові методи пізнання в освітньому процесі; здатність взаємодіяти з іншими вчителями на засадах партнерства і підтримки

Результати навчання

ПРН-2. Знати та розуміти основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, 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. Знати вікові особливості та закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності.

ПРН-21. Вміти проводити агітаційну роботу з пропаганди здорового способу життя різних груп населення.

ПРН-25. Бути здатним 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

5. Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни

Вид заняття	Загальна кількість годин
Лекції	30/10

Лабораторні заняття		30/10		
Самостійна робота		120/160		
Ознаки навчальної дисципліни				
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий	
1	014 Середня освіта (фізична культура)	1	нормативний	
Тематика навчальної дисципліни				
Тема		кількість год.		
		лекції	лабораторні заняття	сам. роб.
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.		2	2	6
Тема 2 . Основи цитології та гістології. Клітинна будова організму людини. Клітина як основна форма організації живої матерії. Будова клітини тваринного організму: ядро, цитоплазма, органоїди 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.		2	2	7
Тема 3. Остеологія. 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.		2	2	7
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.		2	2	7
Тема 5. Скелет тулуба.		2	2	7

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.	2	2	7
Тема 7. Мієлогія 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.	2	2	8
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.	2	2	7
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.	2	2	9
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	2	2	9
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.	2	2	7
Тема 12. Будова ендокринних залоз. Загальна характеристика будови і функцій залоз внутрішньої	2	2	7

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.			
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 кровоносною системи. Поняття про кровотворення. Кровотворні органи.	2		9
Тема 14. Будова серця і судин. Велике і мале коло кровообігу. Функціональне значення кровоносною 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 порожнистою вени, система вен нижньої порожнистою вени. Ворітна система кровообігу. Функціональне значення лімфатичної системи.	2	2	7
Тема 15. Неврологія. Будова нервовою системи. Морфо-функціональна характеристика нервовою системи. Рефлекторна діяльність нервовою системи. Філогенез і онтогенез нервовою системи. Характеристика нейронів. Роль синапсів. Класифікація нервовою системи. Будова спинного мозку. Ядра сірою 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.	2	2	9
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.		2	7
ЗАГ.:	30	30	120
6. Система оцінювання навчальною дисципліни			

Загальна система оцінювання навчальної дисципліни	Система оцінювання відбувається відповідно до Положення про оцінювання студентів у Прикарпатському національному університеті ім.Василя Стефаника. Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять і контролю самостійної роботи, та має на меті перевірку знань студентів з окремих тем навчальної дисципліни та рівня їх підготовленості до виконання конкретної роботи. Оцінки у національній шкалі («відмінно» - 5, «добре» - 4, «задовільно» - 3, «незадовільно» - 2), отримані студентами, виставляються у журнал обліку відвідування та успішності академічної групи. Контроль самостійної роботи (сума балів за окремий вид роботи) проводиться (виставляється) на підставі оцінювання результатів знань студентів після вивчення матеріалу з логічно завершеної частини дисципліни, основним завданням якого є перевірка розуміння та засвоєння певного матеріалу (теми), вироблення навичок надання домедичної допомоги, вміння вирішувати конкретні ситуативні задачі, самостійно опрацьовувати тексти, здатності осмислювати зміст даної частини дисципліни, уміння публічно подати певний матеріал. Семестровий (підсумковий) контроль проводиться у формі екзамену з оцінок отриманих під час практичних занять та виконання екзаменаційного контролю.
Вимоги до письмових робіт	Письмова робота виконується у формі тестових завдань з вибором правильної відповіді (кількість тестових завдань – 25), розв'язанням ситуаційних завдань та підготовкою презентацій (відеороликів) до окремих тем навчального курсу.
Умови допуску до підсумкового контролю	Позитивні оцінки з поточного контролю знань за змістовними розділами (оцінювання роботи студента під час практичних занять; поточне тестування після вивчення розділу; реферат). Студент, який отримав оцінки за поточний контроль згідно тематичних розділів, отримує сумарну оцінку у 100 бальній шкалі. Студент, який отримав менше 50 балів, отримує незадовільну оцінку. Не допускаються пропуски практичних занять. Якщо студент пропустив практичне заняття з поважних причин, які підтверджені документально, то він має право на отримання оцінки за заняття з дозволу завідувача кафедри (за заявою).
Підсумковий контроль	Форма контролю - екзамен

7. Політика навчальної дисципліни

Письмові роботи: Впродовж семестру для перевірки знань студентів та контролю за самостійною роботою студента. Застосовують усне опитування з демонстрацією навичок та контрольні письмові роботи. Проміжний контроль включає проведення контролю знань за допомогою тестових завдань, які поєднують питання закритого типу з питаннями відкритого типу з короткою і довгою відповіддю. Контроль самостійної роботи проводиться у письмовій формі під час практичних занять і включає завдання з одного або декількох розділів навчального курсу. Максимальний бал, який студент може отримати за всіма видами контролю – 100 балів, він складається із проміжних оцінок та оцінок за модульні роботи.

Академічна доброчесність: Здобувачам вищої освіти необхідно дотримуватися принципів академічної доброчесності, усвідомлюючи наслідки їх порушення, що визначаються [Положенням про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника](#)

Відвідування занять: Відвідування занять є важливою складовою освітнього процесу. Лекційні заняття не відпрацьовуються, але самостійно опрацьовується з платформи дистанційного навчання. Пропуски практичних занять відпрацьовуються в обов'язковому порядку. Відпрацювання пропущених занять відбувається у формі індивідуальної бесіди під час годин, відведених на консультування студентів.

Неформальна освіта: Зарахування результатів неформальної освіти здійснюється відповідно до [Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в](#)

[Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника](#) Результати онлайн курсів на платформах Coursera, Prometheus, EdEra, які відповідають програмі навчальної дисципліни, зараховуються, як поточний контроль за відповідною темою.

8. Рекомендована література

Базова

1. Слипанюк О.В. Анатомія людини і спортивна морфологія. Зошит для самостійних робіт. Ів. – Франківськ: НАІР, 2021 – 168с.
2. Коляденко Г.І. Анатомія людини. Київ. Либідь, 2009. 386 с.
3. Федонюк Я.І. Функціональна анатомія. Тернопіль. Навчальна книга. Богдан, 2007. 552 с
4. Свиридов О.І. Анатомія людини. – Київ. Вища школа, 2000. 399

Допоміжна

1. Аносов І.П. Анатомія людини в схемах: Навч.наоч. посіб. Київ. Вища шк., 2002. 191с.: іл..
2. Бодян О.П., Зданюк В.В., Заїкін А.В. Анатомія людини з основами спортивної морфології: Навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський: Медобори 2009. 247 с.
3. Людина: Навчальний посібник з анатомії та фізіології. Львів: БаК, 2003. 240 с.
4. Сидоренко П.І. Анатомія та фізіологія людини: Підручник. Київ. Медицина, 2007. 248 с.
5. Шапаренко П.П., Смольський Л.П. Анатомія людини: У 2 т. Київ. Здоров'я, 2003. Т.1. 376 с.
6. Шапаренко П.П., Смольський Л.П. Анатомія людини: У 2 т. Київ. 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. 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

Викладач **к.б.н., доцент Ольга СЛИПАНЮК**