

# ПЛАН ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

з дисципліни

Анатомія людини з основами спортивної морфології

Галузь знань 01 – освіта/педагогіка

Спеціальність – 014 – середня освіта (фізична культура)

Спеціальність – 017, Фізична культура і спорт, середня освіта  
(шифр і назва спеціальності)

факультет ФП та ЗО (перепідготовка)

## Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Кістки черепа і тулуба та їх з'єднання. Скелет верхніх кінцівок. Скелет нижніх кінцівок. З'єднання кісток кінцівок.	2
2.	М'язи тулуба. Функціональні групи м'язів рухів хребта, вдиху, видиху і натужування. М'язи плечового поясу і плеча. М'язи передпліччя і кисті. Функціональні групи м'язів верхніх кінцівок. М'язи тазу і стегна. М'язи гомілки і стопи. Функціональні групи м'язів нижніх кінцівок. Анатомічний аналіз спортивних вправ.	2
3	Антропометрія. Поздовжні розміри тіла. Поперечні розміри тіла та обводи.	2
4	Оцінювання рівня фізичного розвитку людини методом індексів.	2
	<b>Разом :</b>	<b>8</b>

## Рекомендована література

### Базова

- Музика Ф.В. Анатомія людини / Ф.В.Музика, М.Я. Гриньків, Т.М.Куцериб . – Львів, ЛДУФК. – 2014. – С. 306.
- Гриньків М.Я., Музика Ф.В., Маєвська С.М., Куцериб Т.М. Навчальний посібник для лабораторних занять з курсу «Анатомія людини». – Львів, ЛДУФК, - 2015.
- Гриньків М.Я. Навчальний посібник для лабораторних занять і самостійної роботи з курсу «Нормальна анатомія» для студентів факультету фізичної терапії та ерготерапії / М.Я. Гриньків, Т.М.Куцериб , Ф.В.Музика // – Львів, ЛДУФК. – 2018. – С. 223.

- Музика Ф.В., Кулітка Е.Ф., Гриньків М.Я. Тестові завдання з дисципліни «Анатомія людини». – Л.: ЛДУФК, 2012. – 130 с.
- Гриньків М. Я. Спортивна морфологія ( з основами вікової морфології).: Навч. Посіб. / Гриньків М. Я., Вовканич Л.С., Музика Ф. В. // - Львів, 2015. – 304 С.
- Гриньків М.Я., Баранецький Г.Г. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології).: Навч. посібник. - Львів, "Укр.технології", 2006.
- Спортивна морфологія: навч. посібник/ за ред. Музики Ф.В. - Л., ЛДУФК, 2011. – 160 с.

### Допоміжна

- Свиридов О.І. Анатомія людини. / - К.: Вища школа, 2001. - 427 с.
- Очкуренко О.М., Федотов О.В. Анатомія людини. / - К.:Вища школа, 1992. - 334 с.
- Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. / - М.: ФиС, 1985. - 544 с.
- Анатомия человека. / Под ред. Гладышевой А.А. - М.: ФиС, 1987.- 348 с.
- Анатомия человека. / Под ред. Козлова В.И.- М.: ФиС, 1987.- 463 с.
- Спортивна морфологія: навчальний посібник / Савка В.Г., Радько М.М., Воробйов О.О. та ін./ за ред. Радька М.М. – Чернівці: Книги-XXI, 2005. - 196 с.
- Никитюк Б.А., Гладышева А.А. Анатомия и спортивная морфология (практикум). – М.: ФиС, 1985.
- Козлов В.И., Гладышева А.А. Основы спортивной морфологии. – М.: ФиС, 1977.
- Анатомия человека. / Под ред. М.Р.Сапина. - М.: Медицина, 1987. – 480 с.
- Функціональна анатомія / За ред. Я.І.Федонюка, Б.М.Мицкана. –Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2007. -552 с.
- Коляденко Г.І. Анатомія людини.- К.: Либідь, 2004. – 384 с.
- Синельников Р.Д. Атлас анатомии человека. – М.: Медицина, 1978.
- Липченко А.Я., Самусев Р.П. Атлас нормальной анатомии человека.- М.: Медицина, 1989.
- Мартыросов Є.Г. Методи исследования в спортивной антропологии. М.: ФиС, 1982.
- Вовканич Л.С. Біологічний вік людини. – Л., Сполом, 2009. – 92 с.
- Мак-Дугалл Д.Д., Уентер Г.Є., Грин Г.Д. Физиологическое тестирование спортсмена високого класса. – К.: Олимп. лит, 1998.

17. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. – М.: ФиС, 1985.

18. Морфология человека : учебн. пособие/ под ред. Б.А.Никитюка, В.П.Чтецова. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – 344 с.