

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

Кафедра анатомії та фізіології

ЗАЛІКОВІ ВИМОГИ

з навчальної дисципліни

„СПОРТИВНА МОРФОЛОГІЯ”

для студентів 2 курсу

Галузь знань: 01 – Освіта/педагогіка

Спеціальність: 014 – Середня освіта (фізична культура)

Факультет педагогічної освіти

Розробники : доц. Гриньків М.Я., доц. Куцериб Т.М.

Питання

1. Предмет, завдання і методи спортивної морфології.
2. Правила проведення антропометрії, антропометричні точки.
3. Вимірювання поздовжніх розмірів тіла.
4. Вимірювання діаметрів і обводів.
5. Фізичний розвиток спортсменів, його показники та методи оцінювання.
6. Склад тіла, питома вага тіла і методи їх визначення.
7. Визначення абсолютної ваги кісткового, жирового та м'язового компонентів тіла за формулами Я.Матейки.
8. Рухомість у суглобах, фактори, що її визначають і методи вимірювання.
9. Сила м'язів та її вимірювання.
10. Склепіння стопи, їх форма та методи оцінювання.
11. Постава тіла та методи її оцінювання.
12. Конституція людини та фактори, що її визначають.
13. Класифікації конституцій за Чорноруцьким, Бунаком, Галантом, Штефко-Островським, Хіт-Картером.

14. Пропорції тіла. Класифікація пропорцій тіла за П.Н.Башкіровим і за В.В.Бунаком.

15. Методи оцінювання пропорцій.

16. Роль конституції і пропорцій тіла у спортивному відборі.

17. Поняття про адаптацію систем організму до фізичних навантажень.

Адаптація видова та індивідуальна. Функціональна та морфологічна стадії адаптації. Рациональна та нерациональна форми адаптації.

18. Прояви морфологічної адаптації органа до посиленої діяльності : гіпертрофія, гіперплазія, прискорена клітинна і субклітинна регенерація.

19. Морфологічні зміни у м'язовій системі під впливом фізичних навантажень

20. Морфологічні зміни у кістковій системі під впливом фізичних навантажень.

21. Морфологічні прояви адаптації серцево-судинної системи до фізичних навантажень.

22. Морфологічні особливості нервової та інших систем організму спортсменів.

23. Зміни розміщення внутрішніх органів при виконанні спортивних вправ.

24. Корекція адаптації організму до фізичних навантажень.

25. Предмет, завдання і методи вікової морфології.

26. Основні закономірності росту і розвитку організму.

27. Схеми вікової періодизації.

28. Паспортний і біологічний вік. Критерії біологічного віку.

29. Акселерація та ретардація. Фактори, що впливають на темпи онтогенезу.

30. Статеве дозрівання та його морфологічні показники.

31. Анатомічні особливості скелету дітей і підлітків.

32. Анатомічні особливості скелетних м'язів дітей і підлітків.

33. Анатомічні особливості серцево-судинної системи дітей і підлітків.

34. Особливості будови внутрішніх органів дітей і підлітків.

35. Особливості будови нервової системи дітей і підлітків.

36. Морфологічні особливості скелету осіб літнього віку.

37. Морфологічні особливості скелетних м'язів осіб літнього віку.
38. Анатомічні особливості серцево-судинної системи людей літнього віку.
39. Особливості будови внутрішніх органів людей літнього віку.
40. Особливості будови нервової системи осіб літнього віку.

Рекомендована література

Основна:

1. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології) : навч. посіб. / М. Я. Гриньків, Л.С. Вовканич, Ф. В. Музика. – Львів, 2015. – 304 с.
2. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології) : навч. посіб. / М. Я. Гриньків, Г. Г. Баранецький. – Львів : Укр.технології, 2006. – 124 с.
3. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музика, М. Я. Гриньків, Т. М. Куцериб. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.
4. Спортивна морфологія : навч. посіб. / за ред. Музики Ф. В. – Львів : ЛДУФК, 2011. – 160 с.
5. Спортивна морфологія : навч. посіб. / авт. кол.: Ф. В. Музика, Л. С. Вовканич, М. Я. Гриньків, С. М. Маєвська, Т. М. Куцериб ; за ред. Ф. В. Музики. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 204 с.
6. Спортивна морфологія : навч. посіб. / Савка В. Г., Радько М. М., Воробйов О. О. [та ін.] ; за ред. Радька М. М. – Чернівці : Книги-XXI, 2005. – 196 с.

Допоміжна:

1. Антонік В. І. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури : навч. посіб. / В. І. Антонік, І. П. Антонік, В. Є. Андріанов. – Київ : Професіонал, 2009. – 336 с.
2. Вовканич Л. С. Біологічний вік людини / Л. С. Вовканич. – Львів : Сполом, 2009. – 92 с.
3. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека / М. Ф. Иваницкий. – Москва : Физкультура и спорт, 1985.

4. Козлов В. И. Основы спортивной морфологии / В. И. Козлов, А. А. Гладышева. – Москва : Физкультура и спорт, 1977.
5. Мак-Дугалл Д. Д. Физиологическое тестирование спортсменов высокого класса / Д. Д. Мак-Дугалл, Г. Є. Уэнтер, Г. Д. Грин. – Киев : Олимп. лит, 1998.
6. Мартиросов Э. Г. Методы исследования в спортивной антропологии / Э. Г. Мартиросов. – Москва : Физкультура и спорт, 1982.
7. Морфология человека : учеб. пособие / под ред. Б. А. Никитюка, В. П. Чтецова. – Москва : Изд-во МГУ, 1990. – 344 с.
8. Никитюк Б. А. Анатомия и спортивная морфология (практикум) / Б. А. Никитюк, А. А. Гладышева. – Москва : Физкультура и спорт, 1985.
9. Тарасюк В. С. Ріст і розвиток людини : підруч. для студ. вищ. мед. навч. закл. I–II рівнів акредитації / В. С. Тарасюк, Г. Г. Титаренко [та ін.] ; за ред. Тарасюка В. С. – Київ : Здоров'я, 2002. – 272 с.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
2. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
3. Ресурси інтернет.