

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

Кафедра анатомії та фізіології

ДИДАКТИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

з навчальної дисципліни

„Нормальна анатомія”

галузь знань – 22 „Охорона здоров'я”
спеціальність – 227 „Фізична терапія, ерготерапія”
факультет фізичної терапії, ерготерапії

Розробник : доц. Гриньків М.Я.

Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Історія розвитку анатомії.	2
2	Будова клітини.	3
3	Тканини організму людини.	5
4	Череп як ціле.	10
5	Грудна клітка як ціле	8
6	М'язи голови та ший.	10
7	Синовіальні піхви сухожилків .	10
	Підготовка до лабораторних занять і підсумкового тестування.	41
	<i>Всього у I семестрі</i>	89
8	Середостіння. Очеревина та її утвори.	8
9	Статеві системи.	8
10	Промежина. М'язи сечо-статевої діафрагми і діафрагми тазу.	4

11	Ділянкові лімфатичні вузли.	8
12	Шкіра та її похідні.	4
13	Грудь. Грудна залоза.	6
14	Аналізатори нюху та смаку.	3
15	Постава. Класифікація та методи визначення.	6
16.	Склепіння стопи та методи їхнього оцінювання.	4
	Підготовка до лабораторних занять, контрольних робіт і підсумкового тестування.	16
	<i>Всього у 2 семестрі</i>	<i>67</i>
	<i>Разом</i>	<i>156</i>

Рекомендована література

Основна:

1. 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. – 223 с.
2. Гриньків М. Нормальна анатомія : навч. посіб. / Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2018. – 224 с.
3. Анатомія людини: навч. посіб. для лабораторних занять / М. Я Гриньків, Ф. В. Музика, С. М. Маєвська, Т. М. Куцериб – Львів : ЛДУФК, 2015. – 128 с.
4. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології) : навч. посіб. / М. Я Гриньків, Г. Г. Баранецький – Львів : Укр.технології, 2006. – 124 с.
5. Липченко А. Я. Атлас нормальной анатомии человека / А. Я. Липченко, Р. П. Самусев. – Москва : Медицина, 1989.
6. Маєвська С. М. Методичні вказівки до самостійної роботи з анатомії / С. М. Маєвська, М. Я. Гриньків, А. В. Дунець. – Львів : ЛДУФК, 2007. – 47 с.

7. Медико-біологічні основи фізичної терапії, ерготерапії ("Нормальна анатомія " та "Нормальна фізіологія") : навч. посіб. / Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Станіслав Крась, Софія Маєвська, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2019. – 146 с.

8. Методичні вказівки для студентів факультету спорту, фізичного виховання, здоров'я людини і туризму із вивчення дисципліни „Анатомія людини” за модульною програмою викладання / Музика Ф. В., Гриньків М. Я., Маєвська С. М., Кулітка Е. Ф. – Львів : Укр. технології, 2011. – 37 с.

9. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музика, М. Я. Гриньків., Т. М. Куцериб – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.

10. 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. – 204 с.

11. Спортивна морфологія : навч. посіб. / за ред. Музики Ф. В. – Львів : ЛДУФК, 2011. – 160 с.

Допоміжна:

12. Анатомия человека / под ред. М. Р. Сапина. – Москва : Медицина, 1987. – 480 с.

13. Анатомия человека / под ред. А. А. Гладышевой. – Москва : Физкультура и спорт, 1977.

14. Анатомия человека / под ред. В. И. Козлова. – Москва : Физкультура и спорт, 1978.

15. Анатомічні особливості дітей і підлітків : лекція / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 7 с.

16. Анатомічні особливості скелетних м'язів дітей, підлітків і осіб літнього віку : лекція / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 5 с.

17. Анатомічні особливості скелету дітей, підлітків і осіб літнього віку : лекція / уклад. Гриньків М. С. – Львів, 2020. – 11 с.

18. Вікові особливості будови внутрішніх органів, серцево-судинної та лімфатичних систем : лекція / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 4 с.

19. Вовканич Л. С. Методичні вказівки до оцінки стану здоров'я школярів (антропометричні та фізіологічні методи) / Л. С.Вовканич, М. Я. Гриньків. – Львів, 2003. – 13 с.
20. Вовканич Л. С. Функціональний стан центральної нервової системи кваліфікованих легкоатлетів / Л. С. Вовканич, А. В. Дунець-Лесько, Я. С. Свищ // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2014. – № 3.
21. Вступ в анатомію людини : лекція № 1 з дисципліни "Нормальна анатомія" / розроб. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 14 с.
22. Головний мозок : лекція з дисципліни "Нормальна анатомія" / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 7 с.
23. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека / М. Ф. Иваницкий. – Москва : Физкультура и спорт, 1985.
24. Коляденко Г. І. Анатомія людини / Г. І. Коляденко. – Київ : Либідь, 2004. – 384 с.
25. Коритко З. І. Загальна характеристика станів організму при фізичних навантаженнях : лекція / Коритко З. І. – Львів, 2020. – 17 с.
26. Коритко З. І. Фізіологічна характеристика втоми та відновлення. Засоби відновлення : лекція / Коритко З. І. – Львів, 2020. – 11 с.
27. Коритко З. І. Фізіологічна характеристика станів організму : лекція / Коритко З. І. – Львів, 2020. – 17 с.
28. Куцериб Т. Адаптаційні зміни в будові нервової системи та внутрішніх органів під впливом фізичних навантажень / Куцериб Т., Гриньків М., Музика Ф. // Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. – Львів : ЛДУФК, 2019. – С. 72–75.
29. Куцериб Т. Анатомічний аналіз спортивних вправ / Т Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія з основами морфології : навч. посіб.-практ. – Львів : ЛДУФК ім І. Боберського, 2020. – С. 96–102.
30. Куцериб Т. Визначення абсолютної та відносної маси кісткового, м'язового та жирового компонентів тіла людини. Гоніометрія / Т. Куцериб, М.

Гриньків, Ф. Музика // Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб.-практ. – Львів : ЛДУФК ім. І. Боберського, 2020. – С. 188–206.

31. Куцериб Т. М. Вступ у спортивну морфологію. Фізичний розвиток спортсменів і методи його оцінювання : лекція / Куцериб Т. М. – Львів, 2020. – 5 с.

32. Куцериб Т. М. Морфологічні прояви адаптації організму до фізичних навантажень : лекція / Куцериб Т. М. – Львів, 2019. – 14 с. 8. Куцериб Т. М'язи голови та шиї / Куцериб Т., Гриньків М., Музика Ф. // Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. – Львів : ЛДУФК, 2019. – С. 30–36.

33. Куцериб Т. Оцінювання рівня фізичного розвитку людини за методом індексів. Методи оцінювання постави / Т. Куцериб, М. Гриньків. Ф. Музика // Анатомія з основами морфології : навч. посіб.-практ. – Львів : ЛДУФК ім. І. Боберського, 2020. – С. 206–219.

34. Липченко А. Я. Атлас нормальной анатомии человека / А. Я. Липченко, Р. П. Самусев. – Москва : Медицина, 1989.

35. Морфологічні прояви адаптації нутрощів, серцево-судинної та лімфатичної систем до фізичних навантажень / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 9 с.

36. Морфологічні прояви адаптації організму до фізичних навантажень : лекція з дисципліни "Нормальна анатомія" / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 7 с.

37. Музика Ф. В. Тестові завдання з дисципліни «Анатомія людини» / Ф. В. Музика, Е. Ф. Кулітка, М. Я. Гриньків – Львів : ЛДУФК, 2012. – 130 с.

38. М'язова система : лекція з дисципліни "Нормальна анатомія" / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 10 с.

39. Нервова система. Спинний мозок : лекція з дисципліни "Нормальна анатомія" / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 10 с.

40. Нутрощі. Органи травлення : лекція з дисципліни "Нормальна анатомія" / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 9 с.

41. Органи дихання. Сечо-статевий апарат. Залози внутрішньої секреції : лекція з дисципліни "Нормальна анатомія" / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 17 с.
42. Основи конституційної морфології : лекція з дисципліни "Нормальна анатомія" / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 13 с.
43. Очкуренко О. М. Анатомія людини / О. М. Очкуренко, О. В. Федотов. – Київ : Вища школа, 1992. – 334 с.
44. Периферійна нервова система. Вегетативна нервова система. Аналізатори і органи чуття : лекція з дисципліни "Нормальна анатомія" / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 17 с.
45. Приступа Є. Н. Методологія рухової активності людини / Приступа Є. Н., Ріпак І. М. // Патріотичне виховання української молоді засобами фізичної культури та козацької педагогіки : матеріали II Обл. наук.-практ. конф. – Суми, 2001. – С. 161 – 164.
46. Приступа Є. Методологічні аспекти формування критеріїв оцінки фізичної підготовленості людини / Євген Приступа // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2004. – Вип. 8, т. 2. – С. 283–287.
47. Приступа Є. Параметри рухової активності чоловіків першого зрілого віку / Євген Приступа, Ігор Ріпак // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. ВДПУ. – Київ ; Вінниця, 2001. – С. 48–52.
48. Серцево-судинна система та лімфатична система : лекція з дисципліни "Нормальна анатомія" / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 14 с.
49. Свиридов О. І. Анатомія людини / О. І. Свиридов. – Київ : Вища школа, 2001. – 427 с.
50. Синельников Р. Д. Атлас анатомии человека / Р. Д. Синельников. – Москва : Медицина, 1978. – Т. 1.
51. Система скелета та система з'єднань : лекція з дисципліни "Нормальна анатомія" / уклад. Гриньків М. Я. – Львів, 2020. – 11 с.

52. Фізіологічні і метаболічні прояви адаптації у студентів-спортсменів на дозовані силові навантаження / Музика Ф. В. [та ін.] // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту в сучасних соціально-економічних і екологічних умовах : тези доп. Міжнар. конф. – Запоріжжя, 2000. – С. 175–177.

53. Функціональна анатомія / Федонюк Я. І., Мицкан Б. М., Попель С. Л. та ін. – Тернопіль, 2007.

54. Частота травми голови та обличчя залежно від виду спорту, механізм та профілактика / Є. Н. Приступа [та ін.] // Клінічна хірургія. – 2017. – № 10(906). – С. 70–73.

55. Яремко Є. О. Адаптаційні можливості спортсменів на анаеробні навантаження / Є. О. Яремко, М. Я. Гриньків, Є. М. Голубій // Фізіологічний журнал. – 2002. – Т. 48, № 2. – С. 184.

56. Яремко Є. О. Фізіологічні проблеми діагностики рівня соматичного здоров'я / Є. О. Яремко, Л. С. Вовканич. – Львів, Сполом, 2009. – 76 с.

57. Peculiarities of the somatotype of athletes with different directions of the training process / Tetiana Kutseryb, Lyubomyr Vovkanych, Myroslava Hrynkiy, Sofia Majevska, Fedir Muzyka // Journal of physical education and sport. - 2017. - Vol. 17, is. 1. – P. 431–435.

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. Коритко З. Фізичний стан та функціональні резерви серця спортсменів із різним режимом бігових навантажень [Електронний ресурс] / Зоряна Коритко [та ін.] // Спортивна наука України. – 2013. – № 2(53). – С. 21– 26. – Режим доступу: <http://sportsscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/133/127>