

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

КАФЕДРА АНАТОМІЇ ТА ФІЗІОЛОГІЇ

**ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ
З ДИСЦИПЛІНИ «АНАТОМІЯ ЛЮДИНИ
З ОСНОВАМИ СПОРТИВНОЇ МОРФОЛОГІЇ»**

Для слухачів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр»,
скорочений термін навчання, за спеціальністю:

- 017, Фізична культура і спорт
- 014 – середня освіта (фізична культура),
- 017 – фізична культура і спорт, різні групи населення
- 024, середня освіта, хореографія
на базі непрофільної вищої освіти

Розробники: доц. Куцериб. Т. М., Крась С. І.

Львів 2024

Засвоєння курсу «Анатомія людини і основами спортивної морфології».

«Анатомія людини з основами спортивної морфології» вимагає від студентів самостійної роботи з підручниками, атласами та іншою додатковою літературою. Однією з форм самостійної роботи студентів є написання контрольних робіт у формі тестування на сайті дистанційного навчання. У процесі підготовки до написання контрольної роботи стимулюється більш свідоме і глибоке вивчення будови і топографії органів людського тіла, їх змін під впливом фізичних навантажень у осіб різних вікових груп; студент набуває навиків роботи з навчальною та науковою літературою, а також має змогу перевірити ступінь оволодіння пройденим матеріалом

Кожна тема містить блок питань сформульованих таким чином, щоб в результаті їх опрацювання студент одержав цілісне уявлення про будову певної частини людського тіла чи системи органів. Студентові пропонується план контрольних питань, які необхідно опрацювати для успішного засвоєння матеріалу та захисту контрольної роботи, і список рекомендованої літератури.

Тема № 1. Система скелета та система з'єднань.

План

1. Кістка, як орган. Хімічний склад кістки. Остеон – структурно-функціональна одиниця кісткової тканини.
2. Компактна і губчаста речовина кістки. Будова трубчастої кістки.
3. Класифікація кісток.
4. Ріст і розвиток кісток.
5. Адаптаційні зміни кісткової системи під впливом фізичних навантажень.

Тема № 2. М'язова система.

План

1. М'яз, як орган. Будова поперечносмугастої м'язової тканини.

Основні елементи і допоміжні структури м'язів.

2. Класифікація м'язів.
3. Антагоністи та синергісти.
4. Кровопостачання та іннервація м'язів.
5. Адаптаційні зміни м'язової системи під впливом фізичних

навантажень.

Тема № 3. Хребтовий стовп. М'язи тулуба.

План

1. Будова хребтового стовпа.
 - 1.1. Будова хребців.
 - 1.2. З'єднання хребців. Рухи хребтового стовпа.
 - 1.3. Вигини хребтового стовпа. Постава і методи її оцінки.
2. М'язи тулуба.
 - 2.1. Назва, розміщення, прикріплення та функції м'язів спини, грудей живота.
 - 2.2. Функціональні групи м'язів, що виконують рухи хребтового стовпа та приклади їх участі у спортивних вправах.
3. Особливості будови скелета дітей, підлітків і осіб похилого віку.

Тема № 4. Анатомічна характеристика верхніх кінцівок.

План

1. Скелет верхніх кінцівок.
 - 1.1. Будова кісток грудного поясу.
 - 1.2. Будова кістки вільної верхньої кінцівки.
 - 1.3. З'єднання кісток кінцівок.
2. М'язи верхніх кінцівок.
 - 2.1. Назва, розміщення, прикріплення і функції м'язів верхньої кінцівки.
 - 2.2. Функціональні групи м'язів, що виконують рухи верхніх кінцівок

і приклади участі цих ФГМ у спортивних вправах.

3. Іннервація верхньої кінцівки.

4. Кровопостачання верхньої кінцівки.

5. Анатомічні особливості залоз внутрішньої секреції дітей, підлітків і осіб похилого віку.

Тема № 5. Анатомічна характеристика нижніх кінцівок

План

1. Скелет нижніх кінцівок.

1.1. Будова кісток тазового поясу.

1.2. Будова кістки вільної нижньої кінцівки.

1.3. З'єднання кісток нижньої кінцівки.

2. М'язи нижньої кінцівки.

2.1. Назва, розміщення, прикріплення, прикріплення і функції м'язів нижньої кінцівки.

2.2. Функціональні групи м'язів, що виконують рухи нижньої кінцівки і приклади участі цих ФГМ у спортивних вправах.

3. Іннервація нижньої кінцівки.

4. Кровопостачання нижньої кінцівки.

5. Анатомічні особливості нутрощей дітей, підлітків і осіб похилого віку.

Тема №6. Будова грудної клітки. Органи дихання.

План

1. Грудна клітка.

1.1. Будова ребер і грудини.

1.2. З'єднання кісток грудної клітки

1.3. Грудна клітка як ціле.

2. Функціональна група м'язів вдиху, видиху і натужування, їх іннервація та кровопостачання.

3. Будова органів дихання.

4. Фізичний розвиток людини. Індекси фізичного розвитку.

Тема №7. Будова стінок і органів черевної порожнини.

План

1. М'язи черевного пресу, їх розміщення, прикріплення, і функції.
 2. Сполучнотканинні утворення м'язів живота.
3. Особливості нервової системи дітей, підлітків, і осіб похилого віку.
4. Розміщення і будова органів черевної порожнини.
 - 4.1. Шлунок.
 - 4.2. Печінка.
 - 4.3. Нирки.

Тема №8. Серце.

План

1. Будова серця.
 - 1.2. Камери серця та їх сполучення. Клапани.
 - 1.3. Будова стінок серця.
 - 1.4. Провідна система серця.
2. Серцеві артерії та їх сполучення. Клапани.
3. Іннервація серця.
4. Анатомічні особливості серцево-судинної системи дітей, підлітків і осіб похилого віку.

Тема №9. Кровоносні судини.

План

1. Загальний план будови і функцій серцево-судинної системи.
2. Будова стінок артерій і капілярів.
3. Кола кровообігу.
4. Іннервація кровоносних судин.

5. Адаптаційні зміни в будові серцево-судинної системи під впливом фізичних навантажень.

Тема №10. Спинний мозок. Спинномозкові нерви.

План

1. Розміщення і зовнішня будова спинного мозку.
2. Внутрішня будова спинного мозку.
 - 2.1. Сіра речовина спинного мозку. Клітини, ядра.
 - 2.2. Біла речовина спинного мозку. Провідні шляхи.
 - 2.3. Оболони спинного мозку.
3. Спинномозкові нерви. Сплетення, зони їх іннервації.
4. Аналізатор м'язово-суглобового відчуття. Шкірний аналізатор.
5. Адаптаційні зміни нервової системи під впливом фізичних навантажень.

Тема №11. Головний мозок.

План

1. Будова головного мозку.
 - 1.1. Довгастий мозок. Ядра, нерви.
 - 1.2. Задній мозок. Ядра, нерви.
 - 1.3. Середній мозок. Ядра, нерви.
 - 1.4. Проміжний мозок.
 - 1.5. Кінцевий мозок. Кора великих півкуль, базальні ядра.
 - 1.6. Оболони головного мозку.
2. Кровообіг головного мозку.
 3. Особливості будови головного мозку дітей і підлітків.

Тема №12. Нерви головного мозку.

План

1. Загальний план будови периферійної нервової системи.

2. Нерви головного мозку. Ядра, зони іннервації.
3. Аналізатори і органи чуття.
 - 3.1.Око. Зоровий аналізатор.
 - 3.2.Вухо. Слуховий аналізатор.
 - 3.3.Присінковий аналізатор.
4. Особливості будови нервової системи дітей і підлітків.

Тема №13. Вегетативна нервова система.

План

1. Будова вегетативної нервової системи.
 - 1.1 Центри симпатичної та парасимпатичної нервової системи.
 - 1.2 Периферична частина симпатичної та парасимпатичної нервової системи.
2. Вегетативна іннервація серця і кровоносних судин.
3. Вегетативна іннервація органів черевної порожнини.
4. Склад тіла спортсменів і методи його визначення.

Тема №14. Динамічна анатомія.

План

1. Зовнішні і внутрішні сили при руховій діяльності людини.
2. Важелі рухового апарату.
 - 2.1. Важіль і його компоненти у людини.
 - 2.2. Умови рівноваги важеля.
 - 2.3. Види важелів рухового апарату.
 - 2.4. Види роботи м'язів.
3. Рівновага, стійкість тіла та фактори,що їх визначають.
4. Антропометричний метод та вимоги до його проведення.

Антропометрична карта.

Тема № 15. Хребтовий стовп. М'язи спини, грудей та живота.

План

1. Будова хребтового стовпа.
- 1.4. Будова хребців.
- 1.5. З'єднання хребців. Рухи хребтового стовпа.
- 1.6. Вигини хребтового стовпа. Постава і методи її оцінки.
2. М'язи тулуба.
 - 2.1. Назва, розміщення, прикріплення та функції м'язів спини, грудей живота.
 - 2.3. Функціональні групи м'язів, що виконують рухи хребтового стовпа та приклади їх участі у спортивних вправах.
3. Особливості будови скелета дітей, підлітків і осіб похилого віку.

Тема №16. Будова стінок і органів черевної порожнини.

План

1. М'язи черевного пресу, їх розміщення, прикріплення, і функції (таблиця)
2. Сполучнотканинні утворення м'язів живота.
3. Особливості скелетних м'язів дітей, підлітків, і осіб похилого віку.
4. Розміщення і будова органів черевної порожнини.
 - 4.1. Шлунок.
 - 4.2. Печінка.
 - 4.3. Нирки.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Базова література

1. Музика Ф. В. Анатомія людини: навч. посіб. / Ф. В. Музика, М. Я. Гриньків., Т. М. Куцериб – Л.: ЛДУФК, 2014. – 360 с. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/9682?mode=full>

2. Куцериб Т. Анатомія людини з основами морфології: навчальний посібник / Куцериб Т., Гриньків М., Музика Ф. – Львів : ЛДУФК, 2019. – 84 с.

Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>

3. Анатомія людини з основами морфології: навчальний посібник для самостійної роботи / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2019. – 84 с. **Режим доступу:**

<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/11459>

4. Гриньків М. Я. Анатомія людини: навч. посіб. для лабораторних занять/ М. Я Гриньків, Ф. В. Музика, С. М. Маєвська, Т. М. Куцериб – Л.: ЛДУФК, 2015. – 128 с.

Режим

доступу:

<http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/5578/1/%D0%9C%D0%A3%D0%97%D0%98%D0%9A%D0%90%20%D0%A4%D0%95%D0%94%D0%86%D0%A0%20%D0%92%D0%90%D0%A1%D0%98%D0%9B%D0%AC%D0%9E%D0%92%D0%98%D0%A7.pdf>

5. Маєвська С. М. Методичні вказівки до самостійної роботи з анатомії / С. М. Маєвська, М. Я. Гриньків, А. В. Дунець – Л.: ЛДУФК, 2007. – 47 с. **Режим доступу:**

<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/6540>

6. 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. – Л.: ЛДУФК, 2018. – 223 с. **Режим доступу:** <http://repository.ldufk.edu.ua/>

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

Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/11459>

8. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології): Навч. посіб. / Гриньків М. Я., Вовканич Л.С., Музика Ф. В. // – Львів, 2015. – 304 с.

Режим доступу:

<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10958?mode=full>

9. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології): Навч. посібник / М. Я Гриньків, Г. Г. Баранецький – Львів, "Укр. технології", 2006. – 124 с.

Режим доступу:

<http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/9405/1/%D0%93%D1%80%D0%B8%D0%BD%D1%8C%D0%BA%D1%96%D0%B2%20%D0%9C.%20%D0%AF.%20%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%B0%20%D0%BC%D0%BE%D1%80%D1%84%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F.pdf>

10. Спортивна морфологія: навч. посібник / авт. кол. Музика Ф. В., Вовканич Л.С., Гриньків М. Я., Маєвська С. М., Куцериб Т. М. // за ред. Музики Ф. В. - Л., ЛДУФК, 2015. – 204 с. **Режим доступу:** <http://repository.ldufk.edu.ua/>

11. Спортивна морфологія: навч. посібник / за ред. Музики Ф. В. – Л., ЛДУФК, 2011. – 160 с. **Режим доступу:** <http://repository.ldufk.edu.ua/>

12. Спортивна морфологія: методичний посібник для виконання самостійних робіт / кол. авторів // Львів: ЛДУФК ім. Івана Боберського. – 2024. – с. 70.

Додаткова

1. Анатомія людини: підручник / С. М. Білаш, М. М. Коптев, О. М. Пронія, О. М. Беляєва та ін. ; за ред. С. М. Білаша. – К. : ВСВ «Медицина», 2023. – 279 с. ISBN978-617-505-932-6

2. Анатомія людини: підручник / Кривко Ю. Я., Черкасов В. Г., Кравчук С. Ю., Сопієва Н.Б. та ін ; за ред. Проф. Кривко Ю. Я., проф. Черкасов В. Г. – Вінниця : Нова Книга, 2020. – 448 с. : іл. ISBN 978-966-382-836-7

3. Анатомія людини: підручник для студ. природ. спец. вищ. пед. навч. закл. 6-те вид. - К.: Либідь, 2014. - 384 с.; іл.

4. Атлас нормальної анатомії людини : навч. посібник / М. Р. Сапін, Д. Б. Нікітюк, Е. В. Швецов; пер. з рос.; за ред. В. Г. Черкасова. – М. Медпрес-інформ, 2008. – 636 с. :іл .

5. Анатомія за Греєм для студентів пер. 5-го вид. / Річард Л. Дрейк. А. Вейн Фогль. Адам В.М. Мітчелл; наук. ред. пер. Олександр Ковальчук. - К.: ВСВ «Медицина», 2024. – 1296.
6. Бобрик І. І. Особливості функціональної анатомії дитячого віку / І. І. Бобрик, В. Г. Черкасов. – Київ: НМУ, 2002. – 116 с.
7. Вовканич Л. С. Біологічний вік людини / Л. С. Вовканич – Л., Сполом, 2009. – 92 с. **Режим доступу:** <http://repository.ldufk.edu.ua/>
8. Коляденко Г. І. Анатомія людини / Г. І. Коляденко. – К.: Либідь, 2004. – 384 с.
9. Міжнародна анатомічна термінологія (латинські, українські та англійські еквіваленти) / В. Г. Черкасов, І. І. Бобрик, Ю. Й. Гумінський, О. І. Ковальчук. – Вінниця: Нова Книга, 2010. – 392 с.
10. Неттер Ф. Під ред. проф. Ю.Б. Чайковського / Наук. пер. з англ. к.м.н. Цегельського А.А. - Львів: Наутілус, 2004. - 592 с.
11. Очкуренко О. М. Анатомія людини / О. М. Очкуренко, О. В. Федотов. – К.: Вища школа, 1992. – 334 с.
12. Свиридов О. І. Анатомія людини / О. І. Свиридов. – К.: Вища школа, 2001. – 427 с.
13. 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.
14. Функціональна анатомія / За ред. Я. І. Федонюка, Б. М. Мицкана. – Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2007. – 552 с.
15. Sobotta. Атлас анатомії людини. У двох томах / Sobotta; За редакцією Р. Путца та Р. Пабста.; переробка та редакція українського видання В. Г. Черкасова4 переклад О. І. Ковальчука. – Київ, «Український медичний вісник». – 2010. – 840 с.

Інформаційні ресурси

1. Навчальний посібник для практичних занять з анатомії людини з основами морфології. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
2. Фонд навчальної літератури бібліотеки ЛДУФК. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>

3. Методичні розробки для самостійної роботи. Режим доступу:
<http://repository.ldufk.edu.ua/>

4. Електронні та паперові примірники текстів лекцій з дисципліни "Анатомія людини з основами морфології". Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>

5. Тестові завдання з анатомії людини. Режим доступу:
<http://repository.ldufk.edu.ua/>

6. Ресурси Інтернет. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>

7. <http://anatom.in.ua>

8. <http://aclandanatomy.com>

9. <http://anatomyatlases.org>

10. <http://anatomyarcade.com>