

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

**КАФЕДРА АНАТОМІЇ ТА ФІЗІОЛОГІЇ**

**ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ**

з навчальної дисципліни

**„АНАТОМІЯ ЛЮДИНИ З ОСНОВАМИ СПОРТИВНОЇ  
МОРФОЛОГІЇ”**

Галузь знань: 01 – освіта/педагогіка

Спеціальність: 014 – середня освіта (фізична культура)

Факультет післядипломної та заочної освіти (перепідготовка)

Розробник : ©доц. Куцериб Т.М.

<b>№ з/п</b>	<b>Назва теми</b>	<b>Кількість годин</b>
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

### Основна:

1. Гриньків М. Я. Анатомія людини : навч. посіб. для лабораторних занять / М. Я. Гриньків, Ф. В. Музика, С. М. Маєвська, Т. М. Куцериб. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 128 с.
2. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології) : навч. посіб. / Гриньків М. Я., Вовканич Л.С., Музика Ф. В. – Львів, 2015. – 304 с.
3. 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.
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. Маєвська С. М. Методичні вказівки до самостійної роботи з анатомії / С. М. Маєвська, М. Я. Гриньків, А. В. Дунець. – Львів : ЛДУФК, 2007. – 47 с.
6. 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.
7. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музика, М. Я. Гриньків., Т. М. Куцериб – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.
8. Музика Ф. В. Тестові завдання з дисципліни «Анатомія людини» / Ф. В. Музика, Е. Ф. Кулітка, М. Я. Гриньків – Львів : ЛДУФК, 2012. – 130 с.
9. Навчальний посібник для лабораторних занять з курсу „Анатомія людини” / Гриньків М. Я., Музика Ф. В., Маєвська С. М., Куцериб Т. М. – Львів : ЛДУФК, 2012. – 90 с.
10. Навчальний посібник для лабораторних занять з курсу „Анатомія людини” для студ. ф-ту спорту, ф-ту фіз. виховання та ф-ту здоров'я людини і

туризму / Гриньків М. Я., Музика Ф. В., Маєвська С. М., Куцериб Т. М. – Вид. 2-ге, доп. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 128 с.

11. Навчальний посібник для лабораторних занять з курсу «Анатомія людини» / Гриньків М. Я., Музика Ф. В., Маєвська С. М., Куцериб Т. М. – Вид. 2-ге, допов. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 128 с.

12. 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.

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

#### **Допоміжна:**

1. Свиридов О. І. Анатомія людини / О. І. Свиридов. – Київ : Вища школа, 2001. – 427 с.

2. Очкуренко О. М. Анатомія людини : підручник / О. М. Очкуренко, О. В. Федотов. – Київ : Вища школа, 1992. – 334 с.

3. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека / М. Ф. Иваницкий. – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 544 с.

4. Анатомия человека / под ред. Козлова В. И. – Москва : Физкультура и спорт, 1987. – 463 с.

5. 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.

6. Козлов В. И. Основы спортивной морфологии / В. И. Козлов, А. А. Гладышева. – Москва : Физкультура и спорт, 1977.

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

8. Функціональна анатомія / за ред. Я. І. Федонюка, Б. М. Мицкана. – Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2007. – 552 с.

9. Коляденко Г. І. Анатомія людини / Г. І. Коляденко. – Київ : Либідь, 2004. – 384 с.

10. Синельников Р. Д. Атлас анатомии человека / Р. Д. Синельников – Москва : Медицина, 1978. – Т. 1.

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

12. Мартиросов Э. Г. Методы исследования в спортивной антропологии / Э. Г. Мартиросов. – Москва : Физкультура и спорт, 1982.

14. Вовканич Л. С. Біологічний вік людини / Л. С. Вовканич. – Львів : Сполом, 2009. – 92 с.

13. Мак-Дугалл Д. Д. Физиологическое тестирование спортсмена высокого класса / Д. Д. Мак-Дугалл, Г. С. Уентер, Г. Д. Грин. – Киев : Олимп. лит, 1998.

14. Морфология человека : учеб. пособие / под ред. Б. А. Никитюка, В. П. Чтецова. – Москва : Изд-во МГУ, 1990. – 344 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. Особливості соматотипу представників ігрових видів спорту / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Любомир Вовканич, Федір Музика // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2014. – № 4(18). – С. 37–44. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/5871>

4. Гриньків М. Я. Морфофункціональні показники стану м'язової системи у спортсменів різних спеціалізацій / М.Я.Гриньків Ф.В.Музика, А.В.Малицький // Матеріали III Всеукр. морфол. наук. конф. «Карповські читання». – Дніпропетровськ, 2006. – С. 49–50.

5. Ресурси інтернет.