

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

Кафедра анатомії та фізіології

**ЗАЛІКОВІ ВИМОГИ**

з навчальної дисципліни

**АНАТОМІЯ З ОСНОВАМИ МОРФОЛОГІЇ**

**підготовки бакалаврів**

**Галузь знань – 02 Культура і мистецтво**

**Спеціальність – 024 Хореографія**

**Факультет педагогічної освіти**

**Розробник : доц. Куцериб Т. М.**

**Залікові вимоги**

1. Історія анатомії.
2. Анатомія як наука, її предмет, завдання, методи і значення.
3. Загальний план будови людського організму.
4. Будова клітини.
5. Тканини людського організму.
6. Поняття про органи, системи та блоки органів.
7. Опорно-руховий апарат (будова, функції, відносна маса).
8. Скелет (загальний план будови, функції).
9. Кістка як орган (будова, хімічний склад, ріст, розвиток); класифікація кісток.
10. Види з'єднань кісток скелета.
11. Будова і класифікація суглобів. Осі обертання та рухи в суглобах.
12. Кістки голови. Шви. Скренево-нижньощелепний суглоб.
13. Пояс верхніх кінцівок (кістки, суглоби, рухи).
14. Хребтовий стовп (відділи, вигини).

- 15.Будова хребця. Особливості будови хребців різних відділів хребта.
- 16.З'єднання хребців. Рухи хребта.
- 17.Ребра. Грудина. Грудна клітка (будова, форма, функції).
- 18.Кістки вільної верхньої кінцівки.
- 19.Плечовий суглоб.
- 20.Ліктьовий суглоб. З'єднання кісток передпліччя.
- 21.Променево-зап'ястковий суглоб.
- 22.Кисть (кістки, суглоби, рухи).
- 23.Тазовий пояс, таз, з'єднання кісток таза між собою і з хребтом.
- 24.Кістки вільної нижньої кінцівки.
- 25.Кульшовий суглоб.
- 26.Колінний суглоб. З'єднання кісток гомілки.
- 27.Гомілково-надп'ятковий суглоб.
- 28.Стопа (кістки, суглоби, склепіння).
- 29.М'яз як орган (будова, форма, взаємозв'язок з органами інших систем).
- 30.Рухова функція м'язів.
- 31.Топографічні та функціональні групи м'язів. Антагонізм і синергізм м'язів при фізичних вправах.
- 32.М'язи тулуба. Діафрагма. ФГМ, які виконують рухи хребта, вдих, видих, натужування.
- 33.Будова стінок черевної порожнини. Черевний прес.
- 34.М'язи голови.
- 35.М'язи поясу верхніх кінцівок, плеча, передпліччя, кисті.
- 36.ФГМ верхніх кінцівок.
- 37.М'язи таза, стегна, гомілки, стопи.
- 38.ФГМ нижніх кінцівок.
- 39.Зовнішні та внутрішні сили при руховій діяльності людини.
- 40.Характеристики сили м'язової тяги.
- 41.Рівновага, стійкість тіла і фактори, що їх визначають.
- 42.Важіль і його компоненти у людини. Умова рівноваги важеля.

43. Види важелів опорно-рухового апарату.
44. Анатомічна класифікація спортивних рухів і положень тіла.
45. Види роботи м'язів.
46. Анатомічний аналіз вправи "кут в опорі на паралельних брусах".
47. Анатомічний аналіз вправи "вис на випрямлених руках".
48. Анатомічний аналіз вправи «опора лежачи лицем до низу».
49. Анатомічний аналіз вправи "стрибок у довжину з місця".
50. Анатомічний аналіз вибраної вправи зі спортивної спеціалізації студента.

### Рекомендована література

#### Основна:

1. Анатомія людини : навч. посіб. для лабораторних занять / М. Я. Гриньків, Ф. В. Музика, С. М. Маєвська, Т. М. Куцериб. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 128 с.
2. Анатомія людини: навч. посіб. для лабораторних занять/ М. Я Гриньків, Ф. В. Музика, С. М. Маєвська, Т. М. Куцериб – Львів : ЛДУФК, 2015. – 128 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. Нормальна анатомія : навч. посіб. / Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2018. – 224 с. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/26142>
5. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія : навч. посіб. / Гриньків М. Я., Баранецький Г. Г. – Львів : Українські технології, 2006. – 123 с. режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/9405>
6. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології) : навч. посіб. / Гриньків М. Я., Вовканич Л. С., Музика Ф. В. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 304 с.
7. Коляденко Г. І. Анатомія людини / Г. І. Коляденко. – Київ : Либідь, 2004. – 384 с.
8. Куцериб Т. Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Федір Музика. – Львів: ЛДУФК, 2019. – 86 с. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/23618>
9. Куцериб Т. Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб.-практ. / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського, 2020. – 252 с. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/26144>

10. Маєвська С. М. Методичні вказівки до самостійної роботи з анатомії / С. М. Маєвська, М. Я. Гриньків, А. В. Дунець – Львів : ЛДУФК, 2007. – 47 с. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/6540>
11. Музика Ф. В. Анатомія людини: навч. посіб. / Ф. В.Музика, М. Я. Гриньків., Т. М. Куцериб – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/9682>
12. Музика Ф. В. Тестові завдання з дисципліни «Анатомія людини» / Ф. В. Музика, Е. Ф. Кулітка, М. Я. Гриньків – Львів : ЛДУФК, 2012. – 130 с. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/11459>
13. 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.
14. Спортивна морфологія : навч. - метод. посіб. до лабораторних занять / Музика Ф. В., Баранецький Г. Г., Вовканич Л. С., Гриньків М. Я., Маєвська С. М., Малицький А. В. – Львів : Сполом, 2008. – 78 с. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/8048>
15. Спортивна морфологія : навч. посіб. / за ред. Музики Ф. В. – Львів : ЛДУФК, 2011. – 160 с.
16. 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. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10958>

#### Допоміжна:

1. Вовканич Л. С. Біологічний вік людини / Л. С. Вовканич – Л., Сполом, 2009. – 92 с.
2. Очкуренко О. М. Анатомія людини / О. М. Очкуренко, О. В. Федотов. – Київ : Вища школа, 1992. – 334 с.
3. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека / М. Ф. Иваницкий. – Москва : ФиС, 1985. – 544 с.
4. Анатомия человека / под ред. А. А. Гладышевой. – Москва : ФиС, 1987. – 348 с.
5. Анатомия человека / под ред. В. И. Козлова. – Москва : ФиС, 1987. – 463 с.
6. Анатомия человека / под ред. М. Р. Сапина. – Москва : Медицина, 1987. – 480 с.
7. 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.
8. Куцериб Т. Анатомічний аналіз спортивних вправ : практик. заняття № 14 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія з основами морфології : навч. посіб.-практик. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім Івана Боберського, 2020. – С. 96–102.
9. Куцериб Т. Артерії великого кола кровообігу : практик. заняття № 18 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія з основами морфології 24 :

- навч. посіб.-практ. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 120–124.
10. Куцериб Т. Будова ока. Зоровий аналізатор. Будова вуха. Слуховий та присінковий аналізатори : практик. заняття № 23 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // *Анатомія з основами морфології* : навч. посіб.-практ. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 158–168.
  11. Куцериб Т. Вени великого кола кровообігу : практик. заняття № 19 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // *Анатомія з основами морфології* : навч. посіб.-практ. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 124–128.
  12. Куцериб Т. Визначення абсолютної та відносної маси кісткового, м'язового та жирового компонентів тіла людини. Гоніометрія : практик. заняття № 26 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // *Анатомія людини з основами морфології* : навч. посіб.-практ. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 188–206.
  13. Куцериб Т. Визначення типу пропорцій та конституції тіла людини : практик. заняття № 28 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // *Анатомія людини з основами морфології* : навч. посіб.-практ. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 219–230.
  14. Куцериб Т. Головний мозок: довгастий, задній, середній мозок, проміжний та кінцевий мозок : практик. заняття № 21 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // *Анатомія людини з основами морфології* : навч. посіб.-практ. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 137–149.
  15. Куцериб Т. З'єднання кісток кінцівок : практик. заняття № 4 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // *Анатомія людини з основами морфології* : навч. посіб.-практ. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 40–52.
  16. Куцериб Т. Кістки верхньої кінцівки : практик. заняття № 2 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // *Анатомія людини з основами морфології* : навч. посіб.-практ. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 25–32.
  17. Куцериб Т. Кістки нижньої кінцівки : практик. заняття № 3 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // *Анатомія людини з основами морфології* : навч. посіб.-практ. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 32–40.
  18. Куцериб Т. Кістки тулуба й голови та їх з'єднання : практик. заняття № 1 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // *Анатомія людини з основами морфології* : навч. посіб.-практ. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 12–25.
  19. Куцериб Т. М'язи верхньої кінцівки : практик. заняття № 8-9 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // *Анатомія людини з основами морфології* : навч. посіб.-практ. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 67–74.

20. Куцериб Т. М'язи нижньої кінцівки : практик. заняття № 11-12 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб.-практик. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 81–90.
21. Куцериб Т. М'язи тулуба. Діафрагма. Утворення стінок черевної порожнини : практик. заняття № 6 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб.-практик. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 53–62.
22. Куцериб Т. Органи травлення та дихання : практик. заняття № 16 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія з основами морфології : 26 навч. посіб.-практик. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 104–115.
23. Куцериб Т. Оцінювання рівня фізичного розвитку людини за методом індексів. Методи оцінювання постави : практик. заняття № 27 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія з основами морфології : навч. посіб.-практик. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 206–219.
24. Куцериб Т. Серце. Кола кровообігу : практик. заняття № 17 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія з основами морфології : навч. посіб.-практик. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 115–120.
25. Куцериб Т. Складання антропометричної картки. Визначення поздовжніх, поперечних та обводових розмірів тіла людини. Оцінювання форми склепінь за методом плантографії : практик. заняття № 25 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія з основами морфології : навч. посіб.-практик. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 169–188.
26. Куцериб Т. Спинний мозок. Провідні шляхи : практик. заняття № 20 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія з основами морфології : навч. посіб.-практик. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 128–136.
27. Куцериб Т. Функціональні групи м'язів верхньої кінцівки : практик. заняття № 10 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб.-практик. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 75–81.
28. Куцериб Т. Функціональні групи м'язів нижньої кінцівки : практик. заняття № 13 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія з основами морфології : навч. посіб.-практик. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 90–96.
29. Куцериб Т. Функціональні групи м'язів хребта, вдиху, видиху, натужування : практик. заняття № 7 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб.-практик. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 62–66.
30. Куцериб Т. Черепні та спинномозкові нерви : практичне заняття № 22 / Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика // Анатомія з основами морфології : навч.

- посіб.-практ. для спец. "Хореографія". – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – С. 149–157.
31. Функціональна анатомія / за ред. Я. І. Федонюка, Б. М. Мицкана. – Тернопіль : Навчальна книга Богдан, 2007. – 552 с.
  32. Свиридов О. І. Анатомія людини / О. І. Свиридов. – Київ : Вища школа, 2001. – 427 с.
  33. Синельников Р. Д. Атлас анатомии человека / Р. Д. Синельников – Москва : Медицина, 1978.
  34. Липченко А. Я. Атлас нормальной анатомии человека / А. Я. Липченко, Р. П. Самусев. – Москва : Медицина, 1989.
  35. Мак-Дугалл Д. Д. Физиологическое тестирование спортсмена высокого класса / Д. Д. Мак-Дугалл, Г. Є. Уєнтер, Г. Д. Грин – Киев : Олимп. лит, 1998.
  36. Мартиросов Э. Г. Методы исследования в спортивной антропологии / Э. Г. Мартиросов. – Москва : ФиС, 1982.
  37. 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/>