

Тернопільська обласна рада
Управління освіти і науки Тернопільської обласної державної адміністрації
Кременецька обласна гуманітарно-педагогічна академія
ім. Тараса Шевченка
Кафедра теоретико-методичних основ фізичного виховання



ЗАТВЕРДЖУЮ
Проректор з навчальної роботи
М.Б. Боднар
2020 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
**АНАТОМІЯ ЛЮДИНИ З ОСНОВАМИ СПОРТИВНОЇ
МОРФОЛОГІЇ**

рівень вищої освіти – *перший (бакалаврський)*
галузь знань - *01 Освіта / Педагогіка*
спеціальність - *014 Середня освіта (Фізична культура)*
освітньо-професійна програма - *Середня освіта (Фізична культура)*

Довгань О.М. Анатомія людини з основами спортивної морфології : робоча програма для студентів спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура).
О.М. Довгань - Кременець, 2020. - 22с.

Розробники:

Довгань О.М. – завідувач кафедри теоретико-методичних основ фізичного виховання, кандидат біологічних наук, професор

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри теоретико-методичних основ фізичного виховання

Протокол № 1 від 31 серпня 2020р.

Завідувач кафедри  О.М. Довгань

1. ВСТУП

Навчальна дисципліна «Анатомія людини з основами спортивної морфології» є нормативною дисципліною циклу професійної підготовки фахівців за першим (бакалаврським) рівнем освітньо-професійної програми Середня освіта (Фізична культура).

Навчальна дисципліна «Анатомія людини з основами спортивної морфології» спрямована на вивчення будови організму відповідно до його функцій. Функціональна анатомія, яка склалася як спеціальна галузь медико-біологічного забезпечення фізичного виховання і спорту, на сьогодні відіграє важливу роль у вирішенні завдань зазначених Доктриною розвитку фізичної культури і спорту в Україні.

Ключові слова: функціональна анатомія, людина, спорт, фізичні навантаження, системи організму, закономірності навчального процесу, засоби навчання, міжпредметні зв'язки, технології навчання, організаційні форми навчання.

2. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна програма	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів: 7	Галузь знань 01 Освіта	Нормативна	
Модулів – 2	Спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура)	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 6		1-й	1-й
		Семестр	
		I та II -й	I та II -й
Загальна кількість годин - 210	Освітньо-професійна програма Середня освіта (Фізична культура)	Лекції	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2/4 самостійної роботи студента – 3,8	Освітній рівень: бакалавр	10/20 год.	6/6 год.
		Практичні, семінарські	
		Лабораторні	
		24/52 год.	6/8 год. -
		Самостійна робота	
104 год.	184 год.	Вид контролю екзамен;	

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 44% до 56%

для заочної форми навчання – 10% до 90%

3. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета – дати здобувачам вищої освіти знання про будову тіла людини з урахуванням його розвитку у взаємозв'язку із зовнішнім середовищем, віковими та індивідуальними особливостями і тих змін, які відбуваються в ньому при дії фізичних навантажень.

Завдання:

1. Підготувати здобувачів вищої освіти до науково обґрунтованого проведення уроків фізичної культури з урахуванням морфологічних особливостей будови тіла людини.

2. Поглибити загально-біологічну і методичну підготовку майбутніх фахівців з фізичної культури.

3. Сформувати у здобувачів вищої освіти практичні навички визначення і оцінки будови тіла і фізичного розвитку людини за морфологічними ознаками.

4. Навчити здобувачів вищої освіти використовувати морфологічні дані з метою спортивної орієнтації.

5. Підготувати здобувачів вищої освіти до вивчення інших дисциплін біологічного циклу.

Курс «Анатомія людини з основами спортивної морфології» спрямований на формування у студентів таких професійних **компетентностей**:

Загальні компетентності

ЗК 3. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу інформації на основі логічних аргументів та перевірених фактів;

ЗК 4. Знання і розуміння значення та змісту обраної професії; основних концепцій та базових понять у фізичній культурі і спорті, історії розвитку, основ гігієни праці;

ЗК 5. Здатність спілкуватися (першою) рідною мовою, правильно і логічно будувати своє усне й писемне мовлення;

ЗК 7. Здатність до самоосвіти і самовдосконалення, постійного підвищення особистого рівня кваліфікації;

ЗК 8. Здатність у процесі навчання та при самостійній підготовці до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел, вміння використовувати інформаційні та комунікаційні технології;

ЗК 9. Здатність визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення;

ЗК 10. Здатність працювати в команді, виконувати роботу в групі під керівництвом лідера, мати навички, що демонструють здатність до врахування вимог трудової дисципліни і інтересів колективу;

ЗК 12. Здатність здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної;

ЗК 13. Здатність спілкуватися другою (іноземною) мовою.

Фахові компетентності

ФК 1. Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури.

ФК 6. Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки.

ФК 9. Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей.

ФК 12. Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, громадянськість, комунікативність.

ФК 13. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

ФК 16. Здатність здійснювати реабілітаційні заходи з метою відновлення функцій організму, досягнення нормального рівня здоров'я, оптимального фізичного стану та кондиції осіб різного віку (зокрема учнів спеціальних медичних груп) з порушеннями різної нозології.

Програмові результати навчання

ПРН 1. Демонструє концептуальні наукові та практичні знання з фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп, володіє засобами інтегрального гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку людини.

ПРН 2. Усвідомлює витоки і еволюцію формування теорії та методики фізичного виховання, медико-біологічні та психологічні основи і технологію фізичного виховання представників різних вікових груп, санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту.

ПРН 5. Знає основні теоретичні положення в галузі фізичної культури.

ПРН 7. Знає правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги; володіє основними методами захисту персоналу та населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих.

ПРН 8. Знає біологічні, соціальні, психологічні, духовні чинники, що обумовлюють значущість професії фахівця в галузі фізичного виховання.

ПРН 9. Знає основні закони природничо-наукових дисциплін, на відповідному рівні проводить дослідження, здійснює пошук, обробку та аналіз інформації з різних джерел, вчиться і оволодіває сучасними знаннями, застосовує методи теоретичного та експериментального дослідження в професійній діяльності.

ПРН 19. Володіє комунікативною мовленнєвою компетентністю з іноземної мови (лінгвістичний, соціокультурний, прагматичний компоненти відповідно до загальноєвропейських рекомендацій із мовної освіти), спілкування з професійних питань усно та письмово

4. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1. (лекції)

Змістовий модуль 1. Опорно-руховий апарат.

Тема 1. Анатомія як наука і предмет викладання у вищих навчальних закладах освіти фізкультурного профілю.

Історія розвитку анатомії. Значення будови тіла людини у фізичному вихованні і спорті. Анатомічна характеристика клітини, тканини, органу, системи органів, організм в цілому. Будова, функції кісток скелета. Кістки скелета та їх з'єднання. Адаптаційні зміни кісткової системи у спортсменів і людей різного віку.

Тема 2. М'язова система.

М'яз як орган, класифікація і функції м'язів, м'язи голови і шиї.

М'язи що забезпечують рухи голови і шиї.

Тема 3. М'язова система. М'язи грудної клітки, діафрагма, верхньої вільної кінцівки: м'язи плеча, передпліччя, кисті. М'язи що забезпечують рухи верхньої вільної кінцівки.

Тема 4. М'язова система М'язи тулуба, тазу і вільної нижньої кінцівки. М'язи що забезпечують рухи тулуба: згинання, розгинання, нахили тулуба в сторони, колові рухи тулуба; нижньої вільної кінцівки: згинання, розгинання, відведення, приведення стегна, гомілки, кисті.

Тема 5. М'язова система Головні специфічні особливості будови опорно-рухового апарату людини. Форма статури. Вікові і статеві особливості рельєфу тіла людини. Перебудова м'язів під впливом статичних і динамічних навантажень. Види роботи м'язів.

Змістовий модуль 2 . Серцево-судинна і дихальна системи

Тема 6. Анатомічна будова серцево-судинної

Анатомічна будова серця, судин; рух крові по серцю. Анатомічна будова судин (артерії, артеріоли, капіляри, вени, венули).

Тема 7. Функціональна анатомія лімфатичної та імунної систем.

Анатомічна будова лімфатичної системи.

Лімфатичні системи і органи.

Тема 8. Анатомічна будова дихальної системи.

Анатомічна будова дихальної системи (будова і функції носоглотки, трахеї, бронхів, бронхіол, альвеол, легень, система газообміну, голосоутворення).

Змістовий модуль 3. Нервова система

Тема 9. Вчення про нервову систему.

Загальна характеристика центральної нервової системи, будова головного і спинного мозку. Стовбур головного мозку. Провідні шляхи головного та спинного мозку. Анатомічна будова автономної частини нервової системи.

Змістовий модуль 4. Спланхнологія. Органи чуттів.

Тема 10. Анатомічна будова органів травної системи

Анатомічна будова ротової порожнини, глотки, стравоходу, шлунку, тонкої і товстої кишок. Процес травлення. Залози травного тракту (печінка, підшлункова залоза, слинні залози, власні залози шлунка і кишечника). Загальні поняття про ендокринні залози, функції, гормони: щитоподібної, прищитоподібної, надниркових, загруднинної, статевих залоз та гіпофізу.

Тема 11. Анатомічна будова органів сечо-статевої системи.

Макро і мікроскопічна будова, функції нирки. Анатомічна будова чоловічої статевої системи. Анатомічна будова жіночої статевої системи.

Тема 12. Анатомічна будова органів чуття.

Анатомічна будова, функції органів чуття: ока, вуха, шкіри, нюху, смаку.

Змістовий модуль 5. Морфологічні особливості фізичного розвитку та генетичні аспекти спортивної орієнтації.

Тема 13. Спортивна морфологія

Антропометричні вимірювання поздовжніх, поперечних та обводних розмірів тіла. Методи оцінки постави і пропорцій тіла людини.

Тема 14. Адаптація систем організму до фізичних навантажень

Морфо-функціональні зміни в опорно-руховому апараті, серцево-судинній, дихальній, нервовій, травній та ін.. системах під впливом фізичних навантажень.

Тема 15. Основи вікової морфології.

Предмет, методи вікової морфології, її завдання та зв'язок з іншими предметами. Основні закономірності росту і розвитку організму. Вікова періодизація. Паспортний і біологічний вік. Статеве дозрівання і його морфо-функціональна характеристика. Зміни рухових якостей у процесі онтогенезу.

5. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин							
	денна форма				Заочна форма			
	усього	у тому числі			усього	у тому числі		
		л	пр	с.р.		л	пр	с.р.
1	2	3	5	6	7	8	10	11
Модуль 1.								
Змістовий модуль 1. Опорно-руховий апарат								
<p>Тема 1. Предмет, мета і завдання функціональної анатомії. Історія розвитку анатомії. Значення будови тіла людини у фізичному вихованні і спорті. Анатомічна характеристика клітини, тканини, органа, системи органів, організм в цілому.</p>	6	2	2	2	10	1	1	8
<p>Тема 2. Будова, функції, класифікація кісток, кістки скелета та їх з'єднання.</p>	4		2	2	12	2	2	8
<p>Тема 3 Адаптаційні зміни кісткової системи у спортсменів. Осі і площини.</p>	4		2	2				
<p>Тема 4. <i>М'язова система.</i> М'яз як орган. Будова, функції, класифікація м'язів, м'язи голови і шиї</p>	8	2	2	4	11	1	2	8
<p>Тема 5. <i>М'язова система.</i> М'язи плечового поясу і спини, м'язи, що забезпечують рухи плечового поясу і спини.</p>	8	2	2	4	6			6
<p>Тема 6. <i>М'язова система</i> М'язи грудної клітки, живота і вільної верхньої кінцівки, м'язи, що забезпечують рухи вільної верхньої кінцівки</p>	6		2	4	8			8
<p>Тема 7.</p>	8	2	2	4	8			8

М'язова система М'язи тазу і вільної нижньої кінцівки. М'язи, що забезпечують рухи тазу і вільної нижньої кінцівки.									
Тема 8. Функціональна анатомія Форма статури. Вікові особливості тіла людини. Статеві відмінності тіла людини.	6	2	2	2	10				10
Тема 9. Функціональна анатомія Специфічні особливості будови опорно-рухового апарату людини. Розвиток і вікові особливості м'язової системи. Перебудова м'язів під впливом статичної і динамічної роботи.	6		2	4	9				9
Тема 10 Функціональна анатомія Анатомічний аналіз положень тіла людини. Анатомічна характеристика циклічних рухів	6		2	4	5				5
Тема 11 Функціональна анатомія Анатомічний аналіз рухів. Види і режими роботи м'язів	6		2	4	5				5
Тема 12 Функціональна анатомія Загальні поняття рельєфної анатомії.	6		2	4					
Разом за змістовим модулем 1	74	10	24	40	84	4		5	75
Змістовний модуль 2. серцево-судинна і дихальна система									

Тема 13 Функціональна анатомія Анатомічна будова серцево-судинної системи Будова і топографія серця, основні відмінності серця спортсмена	6	2	2	2	8				8
Тема 14 Функціональна анатомія Анатомічна будова серцево-судинної системи Судини малого і великого кіл кровообігу	4		2	2					
Тема 15 Функціональна анатомія Анатомічна будова дихальної системи. Будова органів дихання: Носова порожнина. Гортань. Трахея. Бронхи. Легені.	4		2	2	12	1		1	10
Тема 16 Функціональна анатомія лімфатичної та імунної систем. Анатомічна будова лімфатичної системи. Лімфатичні системи і органи.	6		2	4					
Разом за змістовим модулем 2	20	2	8	10	20	1		1	18
Змістовний модуль 3. Нервова система									
Тема 17 Анатомія нервової системи. Будова і функції спинного і головного мозку. Судини головного мозку.	8	2	2	4	10	1		1	8
Тема 18 Анатомія нервової системи. Провідні шляхи головного і спинного мозку. Черепні і спинномозкові нерви..	6		2	4					
Тема 19 Анатомічна будова автономної нервової	6		2	4	10				10

<i>системи.</i> Симпатична і парасимпатична частини. Короткий огляд вегетативної іннервації органів.									
Разом за змістовим модулем 3	20	2	6	12	20	1		1	18
Змістовий модуль 4. Спланхнологія. Органи чуттів									
Тема 20. <i>Анатомія травної системи.</i> Ротова порожнина. Глотка. Стравохід. Шлунок. Тонка і товста кишка. Залози травної системи	6	2	2	2	14	1		1	12
Тема 21. <i>Анатомія сечо-статевої системи.</i> Макро і мікроскопічна будова нирки.	6	2	2	2					
Тема 22. <i>Анатомія сечо-статевої системи.</i> Чоловіча і жіноча статеві системи. Біодинаміка внутрішніх органів під час руху людини.	8	2	2	4	12				12
Тема 23. <i>Анатомія внутрішньої залоз секреції.</i> Ендокринні залози: щитоподібна при щитоподібна, надниркові.	8	2	2	4	12	1		1	10
Тема 24. <i>Функціональна анатомія</i> Гіпофіз, шишкоподібна залоза, за груднинна, статеві залози, статевих залоз, гіпофіза.	6		2	4					
Тема 25. <i>Анатомія органів чуття</i> Будова шкіри, ока.	6	2	2	2	12	1		1	10
Тема 26. <i>Анатомія органів чуття</i> Будова вуха, нюху, смаку	4		2	2					
Разом за змістовим модулем 4	44	10	14	20	50	3		3	44
Змістовий модуль 5. Морфологічні особливості фізичного розвитку та генетичні аспекти спортивної орієнтації									
Тема 27.	6	2	2	2	12	1		1	10

Спортивна морфологія Антропометричні вимірювання поздовжніх, поперечних та обводових розмірів тіла.									
Тема 28. Спортивна морфологія Стоматоскопічні методи вимірювання розмірів тіла.	4		2	2					
Тема 29 Спортивна морфологія Методи оцінки постави тіла людини..	6		2	4					
Тема 30 Спортивна морфологія Пропорції тіла спортсменів	4		2	2					
Тема 31. Спортивна морфологія Поняття адаптації. Формування довготривалої адаптації. Специфічність реакцій адаптації. Явище деадаптації, реадаптації, перадаптації.	6	2	2	2	12	1		1	10
Тема 32 Спортивна морфологія Морфо-функціональні зміни в кістковій системі під впливом фізичних навантажень	6	2	2	2					
Тема 33 Спортивна морфологія Морфо-функціональні зміни м'язової системи під впливом фізичних навантажень	4		2	2					
Тема 34 Спортивна морфологія Морфо-функціональні зміни в серцево-судинній, дихальній та інших системах організму під впливом фізичних навантажень.	4		2	2	12	1		1	10

Тема 35 Основи вікової морфології Вікова періодизація. Паспортний і біологічний вік.	6	2	2	2					
Тема 36 Основи вікової морфології Морфофункціональна перебудова організму в ході індивідуального розвитку в зв'язку з надбанням ними здатності до продовження роду.	2			2					
Тема 37-38 Основи вікової морфології Зміни рухових якостей у процесі онтогенезу.	6		4	2					
Разом за змістовим модулем 5	52	8	22	22	36	3		3	30
Усього годин	210	30	76	104	210	12		14	184

6. Теми практичних робіт

№ з/п	Назва теми	К-сть годин
1- семестр		
1.	Предмет, мета і завдання функціональної анатомії. Історія розвитку анатомії. Значення будови тіла людини у фізичному вихованні і спорті. Анатомічна характеристика клітини, тканини, органу, системи органів, організм в цілому.	2
2.	Будова, функції, з'єднання кісток Будова, функції кісток скелета. Осі і площини.	2
3.	Кістки скелета Кістки черепа, хребетного стовпа, грудної клітки, плечового пояса, нижньої та верхньої кінцівок та їх з'єднання	2
4.	М'язова система. Будова, функції, класифікація м'язів, м'язи голови, ший, м'язи, що забезпечують рухи голови	2
5.	М'язова система. М'язи плечового пояса, вільної верхньої кінцівки, м'язи, що забезпечують рухи плечового пояса, вільної верхньої кінцівки	2
6.	М'язова система. М'язи спини, грудної клітки Діафрагма. Утворення стінок черевної порожнини, М'язи, що забезпечують рухи тулуба	2
7.	М'язова система. М'язи тазу і вільної нижньої кінцівки.	2

	М'язи, що забезпечують рухи тазу і вільної нижньої кінцівки.	
8	Функціональна анатомія .Форма статури. Вікові особливості рельєфу тіла людини. Статеві відмінності рельєфу тіла людини. Перебудова м'язів під впливом статичних і динамічних навантажень	2
9	Функціональна анатомія .Специфічні особливості будови опорно-рухового апарату людини. Розвиток і вікові особливості м'язової системи. Перебудова м'язів під впливом статичної і динамічної роботи.	2
10	Функціональна анатомія Анатомічний аналіз положень тіла людини. Анатомічна характеристика циклічних рухів	2
11	Функціональна анатомія Анатомічна характеристика положень тіла.	2
12	Функціональна анатомія Загальні поняття рельєфної анатомії.	2
2 семестр		
13.	Анатомічна будова серцево-судинної системи Анатомічна будова серцево-судинної системи Будова і топографія серця, основні відмінності серця спортсмена	2
14.	Анатомічна будова лімфатичної та імунної систем. Анатомічна будова лімфатичної системи. Лімфатичні системи і органи.	2
15	Анатомічна будова дихальної системи. Анатомічна будова дихальної системи. Будова органів дихання: Носова порожнина. Гортань. Трахея. Бронхи. Легені.	2
16	Анатомія нервової системи. Анатомія нервової системи. Будова і функції спинного і головного мозку. Судини головного мозку.	2
17	Анатомія нервової системи. Провідні шляхи головного і спинного мозку. Черепні і спинномозкові нерви..	2
18	Анатомічна будова автономної нервової системи. Анатомічна будова автономної нервової системи. Симпатична і парасимпатична частини. Короткий огляд вегетативної іннервації органів.	2
19	Анатомія травної системи. Ротова порожнина. Глотка. Стравохід.. Шлунок. Тонка і товста кишки. Залози травної системи	2
20	Анатомія сечо-статевої системи. Макро і мікроскопічна будова нирки.	2

21	<i>Анатомія сечо-статевої системи.</i> Чоловіча статевая система. Жіноча статевая система. Біодинаміка внутрішніх органів під час руху людини.	2
22	<i>Анатомія залоз внутрішньої секреції. Ендокринні залози</i> Анатомія залоз внутрішньої секреції. Ендокринні залози: щитоподібна при щитоподібна, надниркові. Гіпофіз, шишкоподібна залоза, загруднинна, статеві залози,	4
23	<i>Анатомія органів чуття</i> Анатомія органів чуття Будова шкіри, ока, вуха, нюху, смаку	4
24	<i>Спортивна морфологія</i> Антропометричні вимірювання поздовжніх, поперечних та обводних розмірів тіла. Соматоскопічні методи вимірювання розмірів тіла. Методи оцінки постави тіла людини..	4
25	<i>Спортивна морфологія</i> Поняття адаптації. Формування довготривалої адаптації. Специфічність реакцій адаптації. Явище деадаптації, реадaptaції, переадаптації.	4
26.	<i>Спортивна морфологія</i> Морфо-функціональні зміни в кістковій, м'язовій, серцево-судинній, дихальній та інших системах організму під впливом фізичних навантажень	4
27.	<i>Спортивна морфологія</i> Основи вікової морфології Вікова періодизація. Паспортний і біологічний вік. Морфофункціональна перебудова організму в ході індивідуального розвитку в зв'язку з надбанням ними здатності до продовження роду. Зміни рухових якостей у процесі онтогенезу	4
28	<i>Спортивна морфологія</i> Основи вікової морфології. Зміни рухових якостей у процесі онтогенезу	4

Всього 76 годин

Модуль 2.

Змістовний модуль 6

7. Завдання для самостійної роботи та критерії оцінювання досягнень

№ з/п	Теми, назва	Д.ф.н.	З.ф.н
1.	Поняття про клітину, тканину, орган, систему органів, організм в цілому	5	8
2.	Визначення характеру рухів у суглобах та положення органа в просторі за допомогою вісей і площин.	4	8
3.	Анатомічний аналіз рухів. Види і режими роботи м'язів.	5	8

4.	Топографія поверхневих м'язів грудної клітки і верхньої вільної кінцівки.	5	8
5.	Комплекси фізичних вправ дихальної гімнастики.	5	8
6.	Топографія роботи м'язів під час вису і опори.	5	10
7.	Топографія роботи м'язів живота під час згинання і розгинання тулуба.	5	8
8.	Топографія роботи м'язів стегна під час стрибків.	5	10
9.	Топографія роботи м'язів нижньої кінцівки під час ходьби і бігу.	5	8
10.	Анатомічна характеристика «спортивного серця»	5	8
11.	Анатомічна характеристика впливу бігу на 100 і 1000 м на дихальну систему	5	8
12.	Єдність симпатичної і парасимпатичної частин АНС	5	8
13.	Короткий огляд вегетативної інервації органів.	5	8
14.	Зміни у внутрішніх органів під час руху людини.	5	10
15.	Осі та площини – характеристика і значення	5	8
16.	Залози внутрішньої секреції	5	10
17.	Складання антропометричної картки.	5	8
18.	Антропометричні вимірювання розмірів тіла.	5	10
19.	Постава, методи її визначення	5	10
20.	Анатомічна характеристика змін у ССС і дихальній системах під час статичних і динамічних навантажень	5	10
21.	Характеристика антропометричного критерію оцінки фізичного здоров'я	5	10
Усього годин		104	184

8. Індивідуальні навчально-дослідні завдання та критерії їх оцінювання

№ з/п	Назва теми	К-сть годин
1.	Схематично відобразити початкове положення тіла під час метання списа	1
2.	Схематично відобразити оболонки шлунку	1
3.	Схематично відобразити будову клітини	1
4.	Схематично відобразити схему скорочення функціональних груп м'язів при різних видах положення тіла стоячи: антропометричне, у спокої, напружене	1
5.	Схематично відобразити опору лежачи в упорі.	1
6.	Схематично відобразити вис на прямих руках	1
7.	Схематично відобразити опору на паралельних брусах	1
8.	Схематично відобразити види постави тіла.	1
9.	Схематично відобразити стадії сколіозу	1
10.	Схематично відобразити стадії плоскоступості	1
11.	Схематично відобразити рух крові по серцю	1
12.	Схематично відобразити будову м'яза	1
13.	Схематично відобразити розгалуження бронхів	1
14.	Схематично відобразити проекцію легень	1
15.	Вести анатомічний словник	1

9. Методи навчання

1. Самостійна робота здобувачів вищої освіти:
 - підготовка до аудиторних занять (лекцій практичних, тощо);
 - виконання лабораторних занять протягом семестру;
 - ведення анатомічного словника;
 - самостійне опрацювання окремих тем навчальної дисципліни;
 - підготовка і виконання індивідуальних завдань, передбачених програмою;
 - підготовка до усіх видів контролю (залік, екзамен);
2. Словесні методи: лекція, обговорення, бесіда.
3. Наочні методи: демонстрація слайдів, презентації, робота з муляжами, таблицями, анатомічними препаратами, атласами.
4. Використання графічного методу – замальовки з анатомічних препаратів, атласів.

10. Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час проведення лабораторних занять

1. Опитування (усне, письмове, тести).
2. Перевірка завдань для самостійної роботи, робота зі словником, анатомічними препаратами, атласами.
3. Перевірка матеріалів самопідготовки.

11. Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти 1 семестр

Модуль 1									Підсумковий тест	Сума балів
50										
Змістовний модуль 1 (1-й семестр)										
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8-9	T 10-11-12		
4	4	4	4	4	4	4	10	12	50	100

Максимальна сума балів, яку може набрати здобувач вищої освіти – 100 балів (залік)

2 семестр

Модуль 1											ІНДЗ	ПТ	СБ
50													
ЗМ 2		ЗМ 3		ЗМ 4				ЗМ 5					
T13-14	T15	T16-17-18	T19	T20-21	T22	T23-24	T25-26	T27-28-29	T30-31-32	T33-34-35-36-37-38			
	5		5				10			20	10	50	100

Максимальна сума балів, яку може набрати здобувач вищої освіти – 100 балів (екзамен)

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ НАВЧАЛЬНИХ ДОСЯГНЕНЬ СТУДЕНТІВ НА СЕМІНАРСЬКИХ, ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТТЯХ

1-2 бали – студент виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу, може поверхово аналізувати події, процеси, явища і робити певні висновки; відповідь його правильна, але недостатньо осмислена; самостійно відтворює більшу частину навчального матеріалу; відповідає за планом, висловлює власну думку щодо теми, вміє застосовувати знання для виконання за зразком; користується додатковими джерелами.

3 бали – знання студента є достатньо ґрунтовними, він вільно застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях, логічно висвітлює події з точки зору смислового взаємозв'язку, уміє аналізувати, встановлювати найсуттєвіші зв'язки та залежності між явищами, фактами, робити висновки, загалом контролює власну діяльність. Відповідь повна, логічна, обґрунтована, але з деякими неточностями. Студент виявляє вміння рецензувати відповіді інших та опрацьовувати матеріал самостійно.

4 бали – студент володіє глибокими та міцними знаннями, здатний використовувати їх у нестандартних ситуаціях; може визначати тенденції та протиріччя процесів; робить аргументовані висновки; критично оцінює окремі нові факти, явища, ідеї; використовує додаткові джерела та матеріали; самостійно визначає окремі цілі власної учбової діяльності; вирішує творчі завдання; відрізняє упереджену інформацію від об'єктивної; здатен сприйняти іншу позицію як альтернативну.

5 балів – студент має системні, дієві знання, виявляє творчі здібності у навчальній діяльності, користується широким арсеналом засобів-доказів своєї думки, вирішує складні проблемні завдання, схильний до системно-наукового аналізу та прогнозу явищ; вміє ставити й розв'язувати проблеми, самостійно здобувати та використовувати інформацію, виявляє власне ставлення до неї; самостійно виконує науково-дослідну роботу; логічно і творчо викладає матеріал в усній та письмовій формі; розвиває свої обдарування та нахили.

Критерії оцінювання ІНДЗ

При розробленні критеріїв оцінки за ІНДЗ береться за основу повнота і правильність виконання завдання, ступінь усвідомлення та розуміння студентом

навчального матеріалу проблемного характеру; враховується здатність студента диференціювати, інтегрувати та уніфікувати отримані знання, застосовуючи наукову термінологію; уміння здійснювати самостійний пошук та використання додаткового матеріалу для глибокого, логічного і творчого аналізу вивченого; уміння творчо застосовувати теоретичні знання при виконанні практичних завдань; мовленнєве оформлення відповіді тощо.

1 бал – студент має початковий рівень знань і не виявляє інтерес до навчального матеріалу; механічно відтворює зміст відповідного параграфу підручника/посібника; копіює певне завдання без будь-яких власних висновків та узагальнень;

2 бали – студент виявляє первинний інтерес до навчального матеріалу; має фрагментарні навички в роботі з підручником, але самостійне опрацювання навчального матеріалу викликає значні труднощі; здатен давати відповіді на прості, стандартні запитання;

3 бали – студент знає близько половини навчального матеріалу і здатний відтворити його відповідно до тексту підручника або пояснень викладача; описує явища, процеси без пояснень їх причин; за допомогою викладача здатен відтворити їх послідовність, але слабо орієнтується в поняттях;

4 бали – студент знає більше половини навчального матеріалу, розуміє основний навчальний матеріал, але відтворює його з помилками та неточностями; здатен з помилками й неточностями дати визначення основних понять; відповіді на додаткові питання непослідовні та нелогічні;

5 балів – студент має стійкі навички роботи з текстом підручника; може самостійно оволодіти більшою частиною навчального матеріалу; формулює поняття, наводить приклади, підтверджує висловлене судження одним-двома аргументами; здатен за необхідності використовувати наочні матеріали;

6 балів – студент виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу; може поверхово аналізувати події, процеси, явища і робити певні висновки; відповідь його правильна, але недостатньо осмислена;

7 балів – студент самостійно відтворює домінуючу частину навчального матеріалу; відповідає за планом, висловлює власну думку щодо теми, вміє застосовувати набуті знання при розв'язуванні психологічних задач; користується додатковими джерелами;

8 балів – студент правильно і логічно відтворює навчальний матеріал; розуміє основоположні теорії та факти, встановлює причинно-наслідкові зв'язки між ними; вміє застосовувати засвоєний матеріал у стандартних ситуаціях;

9 балів – студент уміє наводити окремі власні приклади на підтвердження певних теоретичних положень; самостійно користується додатковими джерелами; свідомо контролює власні навчальні дії; правильно використовує термінологію; складає таблиці та схеми;

10 балів – студент вміє ставити й розв'язувати проблеми, самостійно здобувати та використовувати інформацію, виявляє власне ставлення до неї; самостійно виконує науково-дослідну роботу; логічно і творчо викладає матеріал у будь-якій формі; активно розвиває свої обдарування та нахили; вільно висловлює перспективи у відповідній сфері досліджень.

Шкала оцінювання знань та вмінь здобувачів вищої освіти під час підсумкового контролю, яка передбачає співвідношення питомої ваги результатів поточного й проміжного контролю та результатів здачі екзамену

За шкалою ECTS	За національною шкалою	За шкалою академії	Підсумкова оцінка	
			Результати поточного та проміжного контролю кофіцієнт 0,5	Результати здачі екзамену кофіцієнт 0,5
A	Відмінно	90-100	90-100	90-100
B	Добре	82-89	82-89	82-89
C		75-81	75-81	75-81
D	Задовільно	67-74	67-74	67-74
E		60-66	60-66	60-66
FX	Незадовільно	35-59	35-59	35-59
F		0-34	0-34	0-34

Критерії оцінювання за національною шкалою

Оцінка А «5» («відмінно») (90–100): студент виявляє міцні, глибокі та системні знання навчально-програмованого матеріалу; відповідь студента повна, правильна, логічна, містить аналіз, систематизацію, узагальнення навчального матеріалу; демонструє вміння самостійно знаходити та користуватися джерелами інформації, критично оцінювати окремі нові факти, явища, ідеї, встановлювати причинно-наслідкові та міжпредметні зв'язки, робити аргументовані висновки; користується широким арсеналом засобів доказів власної думки, вирішує складні проблемні завдання; виявляє варіативність мислення і раціональність у виборі способів розв'язання практичних завдань; творчо застосовує професійні вміння і навички; вміє пов'язати теорію з практикою; володіє культурою викладу інформації, мова студента грамотна.

Оцінка В «4» («добре») (82–89): студент виявляє міцні, повні, ґрунтовні знання навчально-програмованого матеріалу; демонструє розуміння основоположних теорій і фактів, вміння аналізувати, порівнювати та систематизувати інформацію, встановлювати зв'язок з обраною професією та робити висновки; використовує загальновідомі докази у власній аргументації; вільно застосовує матеріал у стандартних ситуаціях; відповідь студента в цілому правильна, логічна та достатньо обґрунтована, однак при відповіді та виконанні практичних завдань допускає несуттєві помилки; рівень мовленнєвої культури відповідає загальноприйнятим нормам.

Оцінка С «4» («добре») (75–81): студент виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу, проте його знання недостатньо глибокі та осмислені; відповідь на рівні загальних уявлень про предмет; демонструє деяке порушення логічності й послідовності викладу матеріалу;

виявляє вміння частково аналізувати навчальний матеріал, порівнювати та робити певні, але неконкретні й неточні висновки; не вміє пов'язати теоретичні положення з практикою; має фрагментарні навички в роботі з джерелами інформації; виявляє невисоку культуру викладу знань.

Оцінка D «3» («задовільно») (67–74): студент фрагментарно відтворює незначну частину навчального матеріалу; має нечіткі уявлення про об'єкт вивчення; виявляє елементарні знання фактичного матеріалу; викладає матеріал уривчастими реченнями, при відповіді допускає суттєві помилки, які не здатен виправити після коректування запитань; недостатньо володіє розумовими операціями; відсутні вміння і навички у роботі з джерелами інформації; не вміє логічно мислити та викласти свою думку.

Оцінка E «3» («задовільно») (60–66): має мінімально достатні знання з дисципліни, зі значними помилками; у загальному недостатньо орієнтується у теоретичних ключових поняттях змістового модуля, теми; не досить впевнено, з суттєвими помилками застосовує знання ув практичних ситуаціях.

Оцінка FX «2» (35-59) (з можливістю повторного складання): студент не має мінімально достатніх знань з дисципліни; погано або зовсім не орієнтується у теоретичних ключових поняттях змістового модуля, теми; не виявляє павичок застосування знань у практичних ситуаціях; демонструє; не виявляє творчі вміння застосування знань, навичок у навчально-дослідній та практичній діяльності.

Оцінка F «2» («незадовільно») (0–34) (з обов'язковим повторним курсом): не має мінімально достатніх знань з дисципліни; погано або зовсім не орієнтується у теоретичних ключових поняттях змістового модуля, теми; не виявляє навичок застосування знань у практичних ситуаціях.

12. Методичне забезпечення

Анатомічні атласи, таблиці, муляжі, препарати, мультимедійне забезпечення,

13. Рекомендована література

Базова

1. Довгань О.М. Методичні вказівки до лабораторних занять з курсу анатомія людини з основами спортивної морфології для студентів факультету фізичного виховання і біології. Кременець. 2017. 287 с.
2. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посібник Київ: Олімпійська література, 2011. 224 с.
3. Людина: навчальний посібник з анатомії та фізіології для студентів вищих акладів освіти III-IV рівнів акредитації / за ред. Ервіна Главацька Вид. «Бак», Львів : 2003. 240 с.
4. Федонюк Я.І.Мицкан., Б.М., Попель С.Л. та інші Функціональна анатомія: підр. Для студентів навчальних закладів з фізичного виховання і спорту III-IV рівнів акредитації. Тернопіль : навч. кн. Богдан, 2007. 552 с.
5. Чижик В.В., Дудник О.К. Методи досліджень у фізичному вихованні: навч. посібник для студ., Біла Церква : 2013. 241 с.

Допоміжна

1. Грушко В. С. Основи здорового способу життя : навч. посібник з курсу «Валеологія». Тернопіль : ТДПУ, 1999. 368 с.
2. Завацький В. І. Фізіологічна характеристика розвитку організму школярів: Монографія. Луцьк : Надстир'я, 1994. 152 с.
3. Основи медичних знань та долікарської допомоги: підручник для студентів вищих навчальних закладів III-IV рівнів акредитації. /Федонюк Я.І. Грушко В.С, Довгань О.М та ін, Тернопіль: Укрмедкнига. 2013. 241 с.
4. Чижик В.В., Спортивна фізіологія: навч. посібник для студентів. Луцьк : ПВД «Твердиня», 2011. 256 с.
5. Чижик В.В. Спортивна фізіологія: навч. посібник для студентів. Луцьк: ПВД «Твердиня», 2011. 256 с.
6. Чижик В.В., Запорожець О.П, Спортивна морфологія: навч. посібник. для студентів, Луцьк : ПВД «Твердиня», 2009. 208 с.

Інформаційні ресурси

1. Курс лекцій з анатомії людини з основами спортивної морфології., Кременець . 2016 р. (електронний варіант).
2. Методичні вказівки до лабораторних занять з курсу анатомія людини з основами спортивної морфології для студентів факультету фізичного виховання Кременець. 2017. 287 с.
3. Інтернет забезпечення. Презентації, лекції, атласи.
4. <http://www.nbuv.gov.ua/> (Сайт Національної бібліотеки України імені В.І. Вернадського).