

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО

Факультет фізичної культури та спорту
Кафедра теорії та методики фізичної культури



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної
роботи _____ О.А.Кузнецова

27 серпня 2019 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

АНАТОМІЯ ЛЮДИНИ

Ступінь бакалавра

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

спеціальність 017 Фізична культура і спорт

освітня програма Фізична культура і спорт: тренер з видів спорту

2019 - 2020 навчальний рік

Розробник: Гетманцев Сергій Васильович, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури, доктор філософії в галузі освіти, доцент _____ (Гетманцев С.В.)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури.
Протокол № 1 від « 27 » серпня 2019 р.

Завідувач кафедри О. М. (Литвиненко О. М.)
« 27 » серпня 2019 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		<i>денна форма навчання</i>	
Кількість кредитів – 5	Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка	Нормативна	
	Спеціальність 017 Фізична культура і спорт		
Індивідуальне науково-дослідне завдання – підготовка доповіді з обраної теми	Освітня програма Фізична культура і спорт: тренер з видів спорту	<i>Рік підготовки:</i>	
Загальна кількість годин – 150		1-й	
	<i>Семестр</i>		
		1-й	
		<i>Лекції</i>	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 4	Ступінь бакалавра	10 год.	
		<i>Практичні, семінарські</i>	
		20 год.	
		<i>Лабораторні</i>	
		20 год.	
		<i>Самостійна робота</i>	
		100 год.	
		Вид контролю	
		залік	

Мова навчання – українська.

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання – 150 год.: 50 год. – аудиторні заняття, 100 год. – самостійна робота (33,3% : 66,7 %).

2. Мета, завдання навчальної дисципліни та результати навчання

Мета курсу: дати студентам знання про будову організму людини з урахуванням його історичного розвитку у взаємозв'язку із зовнішнім середовищем, віковими та індивідуальними особливостями і тих змін, що відбуваються в ньому у зв'язку із заняттями фізичною культурою.

Завдання курсу:

1. Пізнання розташування органів та взаємовплив їх як у звичайних умовах, так і при виконанні фізичних вправ;
2. Вивчення особливостей форми тіла людини, співвідношення окремих його частин – пропорції тіла та її зв'язок із спортивними рухами;
3. Вивчення будови тіла людини в різні вікові періоди;
4. Набуття знань про зміни границь органів при виконанні фізичних вправ;
5. Вивчення будови організму спортсмену та змін, що відбуваються в організмі в процесі занять спортом;
6. Оволодіння методом анатомічного аналізу положень та рухів тіла спортсмена.

Передумови для вивчення дисципліни: анатомія тісно пов'язана з фізіологією людини, біохімією.

Навчальна дисципліна складається з 5 кредитів.

Очікувані результати навчання:

ПРН 8. Виконує визначені види рухових дій для занять масовим спортом; дотримується рекомендацій щодо тривалості та інтенсивності оздоровчої рухової активності протягом тижня; веде здоровий спосіб життя та здає встановлені тести і нормативи щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України.

ПРН 9. Визначає та демонструє на препаратах, муляжах та іншому матеріалі будову опорно-рухового апарату, серцево-судинної, нервової та інших систем організму людини; пояснює значення основних понять та визначень, що характеризують перебіг фізіологічних процесів в організмі людини; прогнозує зміни функціональних процесів при емоційних та фізичних навантаженнях; описує біохімічні механізми енергетичного та пластичного забезпечення м'язового скорочення.

ПРН 10. Визначає засоби профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом; діагностує функціональний стан організму людини; застосовує основні принципи та засоби надання долікарської допомоги у невідкладних станах та патологічних процесах в організмі; обирає головні підходи та засоби збереження життя, здоров'я та захисту людей в умовах загрози і виникнення небезпечних та надзвичайних ситуацій; застосовує гігієнічні заходи у процесі занять фізичною культурою і спортом; дотримується основних положень збереження навколишнього середовища у професійній діяльності.

ПРН 11. Демонструє знання сучасної класифікації діагностичних підходів до оцінки здоров'я та використовувати сучасні методи діагностики індивідуального та громадського здоров'я; організувати заходи щодо залучення різних груп населення до здорового способу життя.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими *компетентностями:*

I. Загальнопредметні (ЗК):

ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 5. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 9. Навики здійснення безпечної діяльності.

ЗК 10. Прагнення до збереження навколишнього середовища, реалізації концепції сталого розвитку людства.

II. Фахові (ФК):

ФК 1. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань знань про будову тіла людини та механізми життєдіяльності її організму, фізіологічні та біохімічні основи адаптації до фізичних навантажень різної спрямованості.

ФК 4. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних видів робіт основи медичних знань, надавати долікарську допомогу особам під час виникнення у них невідкладних станів та патологічних процесів в організмі та методику фізкультурно-спортивної реабілітації таких осіб.

ФК 8. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання із загальної теорії здоров'я та здатність до інтегрування знань про принципи, шляхи та умови ведення здорового способу життя.

ФК 11. Здатність здійснювати виміри у відповідності до метрологічних вимог, біомеханічний аналіз, синтез, моделювання фізичних вправ та керування рухами людини.

ФК 12. Здатність розв'язувати практичні проблеми за невизначених умов в окремих напрямках фізичної культури і спорту.

3 Програма навчальної дисципліни

Кредит 1. Анатомія як наука і навчальний предмет. Скелет людини.

Тема 1. Положення людини у природі. Загальні принципи будови і розвитку організму.

Тема 2. Скелет людини (скелет тулуба).

Тема 3. Скелет кінцівок і голови.

Кредит 2. М'язова система людини. Нутрощі.

Тема 4. М'язова система людини. М'язи тулуба.

Тема 5. М'язи голови ший і кінцівок.

Тема 6. Динамічна анатомія.

Тема 7. Будова внутрішніх органів. Травна і дихальна системи.

Тема 8. Сечостатевий апарат

Кредит 3. Залози внутрішньої секреції. Судинна система.

Тема 9. Будова та функції залоз внутрішньої секреції

Тема 10. Судинна система.

Кредит 4. Нервова система. Аналізатори.

Тема 11. Нервова система.

Тема 12. Аналізатори.

Кредит 5. Спортивна морфологія.

Тема 13. Спортивна морфологія.

Тема 14. Фізичний розвиток людини.

Тема 15. Адаптація систем організму до фізичних навантажень.

Тема 16. Основи вікової морфології.

4. Структура навчальної дисципліни Денна форма навчання

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	усьо го	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	ср
1	2	3	4	5	6	7
Кредит 1. Анатомія як наука і навчальний предмет. Скелет людини						
Тема 1. Положення людини у природі. Загальні принципи будови і розвитку організму людини.	10	2		2		6
Тема 2. Скелет людини (скелет тулуба).	10	2		2		6
Тема 3. Скелет кінцівок і голови.	10	2		2		6
Усього годин:	30	6		6		18
Кредит 2. М'язова система людини. Нутрощі.						
Тема 4. М'язова система людини. М'язи тулуба.	6	2		2		2
Тема 5. М'язи голови, шиї і кінцівок.	6	2		2		2
Тема 6. Динамічна анатомія.	6			2		4
Тема 7. Будова внутрішніх органів. Травна і дихальна системи	6		2	2		4
Тема 8. Сечостатевий апарат	6		2	2		
Усього годин:	30	4	4	10		12
Кредит 3. Залози внутрішньої секреції. Судинна система.						
Тема 9. Будова та функції залоз внутрішньої секреції	15		2	2		11
Тема 10. Судинна система	15		2	2		11
Усього годин:	30		4	4		22
Кредит 4. Нервова система. Аналізатори						
Тема 11. Нервова система	15		2			13
Тема 12. Аналізатори	15		2			13
Усього годин:	30		4			26
Кредит 5. Спортивна морфологія						
Тема 13. Спортивна морфологія	8		2			6
Тема 14. Фізичний розвиток людини	8		2			6
Тема 15. Адаптація систем організму до фізичних навантажень	7		2			5
Тема 16. Основи вікової морфології	7		2			5
Усього годин:	30		8			22
Разом:	150	10	20	20		100

**5. Теми лекційних занять
Денна форма навчання**

№ з/п	Назва теми	Кількість
-------	------------	-----------

		годин
<i>Кредит 1. Анатомія як наука і навчальний предмет. Скелет людини.</i>		
1	Тема 1. Положення людини у природі. Загальні принципи будови і розвитку організму.	2
2	Тема 2. Скелет людини (скелет тулуба).	2
<i>Кредит 2. М'язова система людини. Нутрощі.</i>		
3	Тема 4. М'язова система людини. М'язи тулуба.	2
4	Тема 5. М'язи голови, шиї та кінцівок.	2
5	Тема 7. Будова внутрішніх органів. Травна та дихальна системи.	2
Разом:		10

6. Теми практичних занять Денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин денна
<i>Кредит 1. Анатомія як наука і навчальний предмет. Скелет людини.</i>		
	Тема 2. Скелет людини (скелет тулуба).	2
	Усього годин:	2
<i>Кредит 2. М'язова система людини. Нутрощі.</i>		
	Тема 1. М'язова система людини. М'язи тулуба.	2
	Тема 2. М'язи голови, шиї і кінцівок.	2
	Тема 3. Динамічна анатомія.	4
	Усього годин:	8
<i>Кредит 5. Спортивна морфологія</i>		
	Тема 1. Спортивна морфологія	4
	Тема 2. Фізичний розвиток людини	2
	Тема 3. Адаптація систем організму до фізичних навантажень	2
	Тема 4. Основи вікової морфології	2
	Усього годин:	10
	Разом:	20

7. Теми лабораторних занять Денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
<i>Кредит 1. Анатомія як наука і навчальний предмет. Скелет людини.</i>		
1	Тема 1. Загальні принципи будови і розвитку організму людини.	2
2	Тема 2. Скелет людини.	2
3	Тема 3. Скелет кінцівок і голови.	2
<i>Кредит 2. М'язова система людини. Нутрощі</i>		
4	Тема 4. М'язова система людини. М'язи тулуба.	2
5	Тема 5. М'язи голови, шиї і кінцівок.	2
6	Тема 6. Динамічна анатомія.	2
7	Тема 7. Травна і дихальна системи.	2

8	Тема 8. Сечостатевий апарат.	2
<i>Кредит 3. Залози внутрішньої секреції. Судинна система.</i>		
9	Тема 9. Залози внутрішньої секреції.	2
10	Тема 10. Судинна система.	2
	Разом:	20

8. Самостійна робота Денна форма навчання

Назва теми	Кількість годин
<i>Кредит 1. Анатомія як наука і навчальний предмет. Скелет людини.</i>	
Тема 1. Положення людини у природі. Загальні принципи будови і розвитку організму.	10
Тема 2. Скелет людини (скелет тулуба).	5
Тема 3. Скелет кінцівок і голови.	5
Усього годин:	20
<i>Кредит 2. М'язова система людини. Нутрощі.</i>	
Тема 4. М'язова система людини. М'язи тулуба.	4
Тема 5. М'язи голови, шиї і кінцівок.	4
Тема 6. Динамічна анатомія.	4
Тема 7. Будова внутрішніх органів. Травна і дихальна системи.	4
Тема 8. Сечостатевий апарат.	4
Усього годин:	20
<i>Кредит 3. Залози внутрішньої секреції. Судинна система.</i>	
Тема 9. Будова та функції залоз внутрішньої секреції	10
Тема 10. Судинна система.	10
Усього годин:	20
<i>Кредит 4. Нервова система. Аналізатори.</i>	
Тема 11. Нервова система.	10
Тема 12. Аналізатори.	10
Усього годин:	20
<i>Кредит 5. Спортивна морфологія</i>	
Тема 13. Спортивна морфологія.	5
Тема 14. Фізичний розвиток людини.	5
Тема 15. Адаптація систем організму до фізичних навантажень.	5
Тема 16. Основи вікової морфології.	5
Усього годин:	20
Разом годин:	100

9. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

Назва і коротка характеристика

Розробка анатоμο-фізіологічної моделі спортсмена власної спеціалізації. Студентам пропонується, використовуючи отримані знання в курсі анатомії людини, а також підручники, навчальні посібники та методичні матеріали, розробити анатоμο-фізіологічну модель спортсмена власної спеціалізації. ІНДЗ повинно бути оформлено у відповідності до

встановлених положень. Під час захисту ІНДЗ студентам пропонується проаналізувати особливості анатомо-фізіологічних ознак, що характерні для спортсменів даної спеціалізації.

10. Форми роботи та критерії оцінювання

Рейтинговий контроль знань студентів здійснюється за 100-бальною шкалою:

Шкала оцінювання: національна та ECTS

ОЦІНКА ECTS	СУМА БАЛІВ	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	залік
A	90-100	5 (відмінно)	5/відм./зараховано
B	80-89	4 (добре)	4/добре/ зараховано
C	65-79		
D	55-64	3 (задовільно)	3/задов./ зараховано
E	50-54		
FX	35-49	2 (незадовільно)	Не зараховано

Форми поточного та підсумкового контролю. Комплексна діагностика знань, умінь і навичок студентів із дисципліни здійснюється на основі результатів проведення поточного й підсумкового контролю знань (КР). Поточне оцінювання (індивідуальне, групове і фронтальне опитування, самостійна робота, самоконтроль). Завданням поточного контролю є систематична перевірка розуміння та засвоєння програмового матеріалу, виконання практичних, лабораторних робіт, уміння самостійно опрацьовувати тексти, складання конспекту рекомендованої літератури, написання і захист реферату, здатності публічно чи письмово представляти певний матеріал.

Завданням підсумкового контролю (КР, залік) є перевірка глибини засвоєння студентом програмового матеріалу модуля.

Критерії оцінювання відповідей на практичних заняттях:

Студенту виставляється відмінно за володіння на високому рівні знаннями навчального матеріалу, аргументоване використання їх у різних ситуаціях. Студент має системні глибокі знання з навчальної дисципліни, усвідомлено використовує їх на практиці. Практичні завдання виконує безпомилково, використовуючи різні джерела інформації.

Студенту виставляється дуже добре за глибокі знання навчального матеріалу, використання їх в своїй практичній діяльності. Практичні завдання виконує без помилок.

Студенту виставляється добре за достатні знання, він застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях. Відповідь його логічна, хоч і має неточності. Практичні завдання виконує з незначними помилками, чітко відповідає на поставлені питання.

Студенту виставляється достатньо за відтворення основного навчального матеріалу, здатність з помилками дати визначення основним положенням навчальної дисципліни. Відповідь його правильна, але недостатньо осмислена. Практичні завдання виконує з незначними помилками.

Студенту виставляється мінімальний задовільно за відтворення частини навчального матеріалу, нечітке уявлення про предмет. Виконує практичні завдання з суттєвими помилками.

Оцінка за виконання індивідуального науково-дослідного завдання, завдань самостійної роботи виставляється з урахуванням таких параметрів.

Кількість балів у кінці семестру повинна складати від 250 до 500 балів (за 5 кредитів), тобто сума балів за виконання усіх завдань.

Відповідний розподіл балів, які отримують студенти за 5 кредитів

Поточне тестування та самостійна робота	КР	Накопичувальні бали/ Сума

T1	T2		T3		40	100
20	20		20			
T4	T5	T6	T7	T8	40	100
12	12	12	12	12		
T9		T10			40	100
30		30				
T11		T12			40	100
30		30				
T13	T14	T15	T16		40	100
15	15	15	15			
Разом						500/100*

11. Засоби діагностики

Засобами діагностики та методами демонстрування результатів навчання є: завдання до практичних занять, завдання для самостійної та індивідуальної роботи (зокрема реферати), презентації результатів досліджень, тестові завдання, контрольні роботи.

12. Методи навчання

Усний виклад матеріалу: наукова розповідь, спрямована на аналіз фактичного матеріалу; пояснення – вербальний метод навчання, за допомогою якого розкривається сутність певного явища, закону, процесу; проблемне навчання, робота з підручником та додатковими джерелами, спостереження над усним мовленням, спостереження над мовним матеріалом, порівняльний аналіз; ілюстрація – метод навчання, який передбачає показ предметів і процесів у їх символічному зображенні (малюнки, схеми, графіки та ін.).

Із метою забезпечення максимального засвоєння студентами матеріалу курсу використовуються наступні методи навчання:

- словесні (лекція-монолог, лекція-діалог, бесіда);
- метод проблемного викладу матеріалу;
- наочні (презентація, ілюстрація);
- індуктивно-дедуктивний;
- метод стимулювання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності;
- методи усного, письмового, тестового контролю та самоконтролю.

13. Рекомендована література

Базова

1. Богуш В.Л. і співавт. Основы анатомической структуры и двигательной функции мышц : учеб. Пособие. – Николаев : НУК, 2013. – 194 с.
2. Большаков О. П. Оперативная хирургия и топографическая анатомия. – М.: Наука, 2015. – 960 с.
3. Большаков О.П. Большой практикум по физиологии человека и животных. – М.: Высшая школа, 2013. – 408 с.
4. Гайворонський І.В. Anatomy of Bone System: The manual for medical students (Анатомія костної системи). – М.: СпецЛит, 2014. – 413 с.
5. Горелова Л. В. Анатомия в схемах и таблицах. – М.: Феникс, 2015. – 576 с.
6. Гуровец Г. В. Возрастная анатомия и физиология. Основы профилактики и коррекции нарушений в развитии детей . – М.: Владос, 2013. – 432 с.
7. Каменская В. Г. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. – М.: Питер, 2012. – 272 с.

8. Караулова Л. К. Физиология физического воспитания и спорта. – М.: Академия, 2012. – 304 с.
9. Козлов В. И. Анатомия соединений. – Л.: Практическая медицина, 2014. – 104 с.
10. Коцан І.Я., Гринчук В.О., Велемєць В.Х. Анатомія людини. – Луцьк: ВНУ імені Лесі Українки, 2010. – 890 с.
11. Михайлов С. С. Анатомия человека. В 2 томах.– М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. – 608 с.
12. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 359 с.
13. Музика Ф. В. Тестові завдання з дисципліни „Анатомія людини”. – Львів : ЛДУФК, 2012. – 130 с.
14. Самусев Р. П. Атлас анатомії людини. – Тернопіль : Навчальна книга– Богдан, 2011. – 751 с.20.
15. Самусев Р.П. Атлас анатомии человека. – М.: АСТ, Мир и Образование, 2014. – 544 с.
16. Сапин М. Р. Анатомия человека. В 2 томах. Том 2. – М.: Academia, 2015. – 352 с.
17. Севастьянова И.С. Анатомия человека : иллюстрированный атлас. – Харьков: ХНУ, 2011. – 191 с.
18. Сидоренко П. І. Анатомія та фізіологія людини. – Київ: Медицина, 2012. – 199 с.
19. Синельников Р. Д. Атлас анатомии человека. В 4 томах. – М.: Новая Волна, Умеренков, 2015. – 344 с.
20. Федюкович Н. И. Анатомия и физиология человека. – М.: Феникс, 2015. – 512 с.
21. Цыбулькин А. Г. Практикум по анатомии человека. – М.: Новая Волна, Умеренков, 2012. – 160 с.
22. Швырев А. А. Анатомия и физиология человека с основами общей патологии. – М.: Феникс, 2014. – 416 с.
23. Черкасов В. Г. Анатомія людини. – Вінниця : Нова Книга, 2011.–639 с.
24. Югова Е. А. Возрастная физиология и психофизиология. – М.: Академия, 2011. - 336 с.

Допоміжна

1. Абрамов Ю.А. Анатомия и физиология. Учебный терминологический словарь-справочник. - М.: МПСИ, 2007. – 160 с.
2. Гайворонский И. В. Анатомия мышечной системы. – М.: ЭЛБИ-СПб, 2006. – 362 с.
3. Гайворонский И. В. Нормальная анатомия человека. В 2 томах. – М.: СпецЛит, 2011. – 424 с.
4. Караулова Л. К. Регуляторные системы организма человека. – М.: Дрофа, 2010. – 368 с.
5. Караулова Л. К. Руководство к практическим занятиям по нормальной физиологии. – М.: Academia, 2010. – 336 с.
6. Козлов В. И. Анатомия нервной системы. – М.: Бином. Лаборатория знаний, Мир, 2010. – 208 с.
7. Кондрашев А. В. Нормальная анатомия человека. – М.: Эксмо, 2010. – 400 с.
8. Козлов В.И. Практикум по анатомии человека. – М.: Издательство Университета дружбы народов, 2009. – 352 с.
9. Швырев А. А. Анатомия человека. – М.: Феникс, 2005. – 188 с.

14. Інформаційні ресурси

1. Коляденко Г.І. Анатомія людини: підручник. Київ: Либідь, 2018. – 384 с.
<https://www.yakaboo.ua/ua/anatomija-ljudini-pidruchnik-1643645.html>
2. http://shron1.chtyvo.org.ua/Fedoniuk_YaI/Anatomiiia_ta_fizioloiiia_z_patoloiiieiu.pdf
3. Кравчук С.Ю. Анатомія людини: підручник.
http://kingmed.info/knigi/Anatomia/book_4235/Anatomiya_lyudini-Kravchuk_SYu-2007-pdf

4. Анатомія та фізіологія людини: підручник (ВНЗ I—III р. а.) / П.І. Сидоренко. — 5-е вид., випр. <https://www.medpublish.com.ua/anatomija-ta-phiziologija-ljudini-pidruchnik-vnz-r-a-p-sidorenko-5e-vid-vipr/p-453.html>
5. Френк Неттер. Атлас анатомії людини. <https://www.booksmed.com/anatomiya/1677-atlas-anatomiyi-lyudini-netter-navchalnij-posibnik.html>