

УДК 611.73(07)
ББК 28.706
М 57

Рецензенты:

Тактаров В.Г. – доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой морфологии и патологии Московского медицинского университета «Реавиз»;

Стрельникова И.В. – кандидат биологических наук, доцент, зав. кафедрой физиологии и биохимии ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»

М 57

Миология : учебно-методическое пособие по разделу дисциплины «Анатомия человека» для студентов вузов физической культуры / Н. Е. Александрова, Е. Н. Крикун М. Г. Киселева, Т. А. Логинова ; Московская государственная академия физической культуры. – Малаховка, 2020. - 92 с.

Учебно-методическое пособие подготовлено группой авторов в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат и содержит четкий алгоритм обучения студентов по разделу «Миология» дисциплины «Анатомия человека».

В нем представлены необходимые организационные и методические материалы для проведения практических занятий с указанием: темы, цели, плана занятия, оснащения, этапов изучения темы, вопросов для самоконтроля и самообучения, основного терминологического минимума, литературы.

Для изучения материала по каждой из указанных тем раздела дана краткая содержательная часть с иллюстративным материалом и типовые тесты для контроля знаний.

Пособие предназначено для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлениям подготовки: 49.03.01 – «Физическая культура», 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и 49.03.04 – «Спорт».

*Утверждено учебно-методической комиссией ФГБОУ ВО МГАФК
в качестве учебно-методического пособия*

УДК 611.7(07)
ББК 28.863.1я7

© ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры», 2020
© Н.Е. Александрова, Е.Н. Крикун,
М.Г. Киселева, Т.А. Логинова, 2020

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Общая миология	9
Практическое занятие МЫШЦЫ СПИНЫ	17
Практическое занятие МЫШЦЫ ГРУДИ И ЖИВОТА	21
Практическое занятие МЫШЦЫ ГОЛОВЫ И ШЕИ	26
Практическое занятие МЫШЦЫ ПЛЕЧЕВОГО ПОЯСА И ПЛЕЧА	34
Практическое занятие МЫШЦЫ ПРЕДПЛЕЧЬЯ И КИСТИ	37
Практическое занятие МЫШЦЫ ТАЗА И БЕДРА	44
Практическое занятие МЫШЦЫ ГОЛЕНИ И СТОПЫ	50
Итоговое практическое занятие	56
Тестовые задания	57
Примерные варианты практических заданий для аттестации	63
Практическое занятие ОСНОВЫ АНАТОМИЧЕСКОГО АНАЛИЗА ПОЛОЖЕНИЙ И ДВИЖЕНИЙ ТЕЛА ЧЕЛОВЕКА ..	67
Практическое занятие АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФКиС	76
Перечень терминов и понятий по миологии	80
Список литературы	86