

Зачетные требования

Для студентов всех курсов обучения обязательным является выполнение следующих требований:

1. Знание пройденного теоретического раздела программы по семестрам и курсам обучения.

2. 100% посещение занятий (с учетом пропусков по уважительным причинам).

3. Прохождение тестирования с целью оценки уровня физической подготовленности и функционального состояния организма занимающихся.

Результаты контрольного тестирования не влияют на факт получения зачета, являются одним из показателей, с помощью которых корректируется индивидуальная нагрузка в учебном процессе по физическому воспитанию с целью повышения его эффективности.

4. Овладение практическими умениями и навыками профилактической и профессионально-прикладной физической культуры.

Курс	Семестр	Зачетные требования
I	1	Подготовить комплекс физических упражнений с учетом индивидуальных отклонений в состоянии здоровья.
	2	Представить заполненный дневник самоконтроля с динамикой функциональных показателей в физической подготовленности за первый курс.
II	3	Составить и провести комплекс гигиенической гимнастики с группой студентов.
	4	Представить заполненный дневник самоконтроля с динамикой функциональных показателей в физической подготовленности за второй курс
III	5	Составить и провести комплекс упражнений профессионально-прикладной физической подготовки разного профиля.
	6	Представить заполненный дневник самоконтроля с динамикой функциональных показателей в физической подготовленности за третий курс
IV	7	Составить комплекс физических упражнений для профилактики остеохондроза.
	8	Представить заполненный дневник самоконтроля с динамикой функциональных показателей в физической подготовленности за четыре года обучения.

Требования по оценке сформированности практических умений и навыков

Оценка сформированности практических умений в профессионально - прикладной физической подготовке студентов:

- на втором курсе обучения оценка умения выполнять команды, распоряжения, управлять строем; составить, организовать и провести комплекс общеразвивающих упражнений (как вариант - с музыкальным сопровождением);
- на третьем курсе обучения — оценка умения планировать, организовывать и проводить подвижные игры в процессе учебного занятия (как вариант — умение организовать и провести подвижные игры в программе Спортландии, праздников «Здоровья» факультета, учебного заведения).
- но четвертом курсе обучения оценка умения организовать и проводить простейшие соревнования , составить и провести специальный комплекс упражнений применительно к конкретному заболеванию, владеть приемами массажа и самомассажа.

Зачет ставится при условии соблюдения всех вышеперечисленных требований.

К тестированию допускаются студенты, посетившие не менее 75% занятий непосредственно перед датой их приема. В случае невозможности выполнения контрольных упражнений по объективным причинам студент освобождается от них с обязательной сдачей теоретического раздела программных занятий.

Студенты, освобожденные от занятий по состоянию здоровья на длительный срок, сдают зачет по теоретическому разделу программы или пишут реферат по теме, соответствующей имеющемуся заболеванию или группе заболеваний.

Темы рефератов для студентов групп ЛФК, полностью освобожденных от занятий по физической культуре

1. Основные понятия и краткая история развития ЛФК
2. Клинико-физиологические обоснования лечебного применения физических упражнений.
3. Механизмы тонизирующего действия физических упражнений.
4. Механизмы трофического действия физических упражнений.
5. Механизмы нормализации патологически измененных функций и целостной деятельности организма.
6. Общие показания и противопоказания к лечебному применению физических упражнений.
7. Характеристика физических упражнений, применяемых при лечении различных заболеваний.
8. Применение подвижных игр в ЛФК.
9. Роль и применения идеомоторных упражнений в ЛФК.

10. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
11. Особенности ЛФК при миокардиодистрофии.
12. Особенности ЛФК при гипертонической болезни.
13. Особенности ЛФК при гипотонической болезни.
14. Особенности ЛФК при варикозном расширении вен.
15. ЛФК при заболевании органов дыхания.
16. Особенности ЛФК при хроническом бронхите.
17. Особенности ЛФК при бронхиальной астме.
18. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения.
19. Особенности ЛФК при хроническом гастрите.
20. Особенности ЛФК при язвенной болезни желудка двенадцатиперстной кишки.
21. Особенности ЛФК при холецистите и желчекаменной болезни.
22. Особенности ЛФК при гепатите.
23. Особенности ЛФК при сахарном диабете.
24. Особенности ЛФК при ожирении.
25. ЛФК при заболеваниях органов мочевого выделения.
26. Особенности ЛФК при хроническом пиелонефрите.
27. Особенности ЛФК при почечнокаменной болезни.
28. ЛФК при заболевании суставов.
29. Особенности ЛФК при артритах.
30. Особенности ЛФК при межпозвоночном остеохондрозе.
31. Особенности занятий физическими упражнениями в первый триместр беременности.
32. Особенности занятий физическими упражнениями во второй триместр беременности.
33. Особенности занятий физическими упражнениями в третий триместр беременности.
34. Особенности занятий физическими упражнениями в период родов.
35. ЛФК при повреждениях суставов и оперативных вмешательствах на них.
36. ЛФК при повреждениях пояса верхних конечностей.
37. ЛФК при сколиозах.
38. ЛФК при плоскостопии.
39. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
40. Физическая культура – часть общечеловеческой культуры.
41. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении.
42. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система.
43. Характеристика функциональных систем организма и их

совершенствование под воздействием направленной физической тренировки.

44. Обмен веществ и энергии – основа жизнедеятельности организма человека.
45. Здоровый образ жизни.
46. Физическая культура в обеспечении здоровья.
47. Здоровье человека как общекультурная ценность.
48. Факторы, определяющие здоровый образ жизни.
49. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
50. Особенности самостоятельных занятий для женщин.
51. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями.
52. Дыхательная гимнастика по методу А.Н.Стерельниковой.
53. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
54. Изменение состояния организма студента под влиянием различных режимов и условий обучения.
55. Влияние физической культуры на работоспособность в умственном труде.
56. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения.
57. Работоспособность студентов в период экзаменационной сессии, роль физической культуры.
58. Физическая культура, здоровье и работоспособность студентов.
59. Физическая культура и умственное эмоциональное перенапряжение студентов.
60. Средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности студентов.
61. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального состояния студентов.
62. Закаливание, как способ сохранения здоровья и не только.
63. Утомление, переутомление, профилактика перенапряжения и восстановление.
64. Психологические средства восстановления организма.
65. Здоровье и эмоции.
66. Психоэмоциональное напряжение и физическая культура.
67. Влияние эмоций на здоровье человека.
68. Психофизическая тренировка и здоровье.
69. Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.
70. В здоровом теле здоровый дух, и наоборот.

71. Стресс и возможности физической культуры.
72. Телесность, здоровье и гармонически развитая личность.
73. Основные принципы оздоровительной системы Порфирия Иванова.
74. Здоровье, сон, мышечный тонус, эмоции.
75. Здоровье — в движении.
76. Телесная культура личности, ее составляющие.
77. Идеомоторная тренировка, как средство оздоровления организма.
78. Физическая культура человека на всех этапах личностного развития.
79. Взгляды Мирзакарима Норбекова на здоровье человека, способы и средства оздоровления.
80. Здоровый позвоночник – здоровый организм.
81. Психология физического здоровья (установки, чувства, эмоции).
82. Психология здорового человека.
83. Роль физической культуры в профессии врача.
84. Гимнастика В. Дикуля.

Контрольные нормативы физической подготовленности студентов*

Юноши

Показатели	Значение показателей по десяти бальной системе оценки, баллов										Курс
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
Бег 6 мин, км	1,5	1,45	1,4	1,35	1,3	1,25	1,2	1,15	1,1	1	1 и 2
Тест Купера	1,6	1,55	1,5	1,45	1,4	1,35	1,3	1,25	1,2	1,15	3 и 4
Наклон из положения сидя, см	20	18	15	13	11	9	7	5	3	1	1 и 2
	22	20	18	16	14	12	10	8	6	3	3 и 4
Сгибание и разгибание рук из упора лежа, раз	45	40	38	33	32	28	25	22	18	15	1 и 2
	50	46	42	38	36	32	28	25	22	18	3 и 4
Подтягивание, раз	15	14	12	10	8	6	5	3	2	1	1 и 2
	16	15	14	12	10	8	7	5	3	2	3 и 4
Приседание, раз**	90	80	70	60	55	50	45	40	35	30	1 и 2
	99	95	90	80	70	60	55	50	45	40	3 и 4

Девушки

Показатели	Значение показателей по десяти бальной системе оценки, баллов										Курс
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
Бег 6 мин, км	1,3	1,25	1,2	1,17	1,15	1,1	1,05	1,0	0,9	0,8	1 и 2
Тест Купера	1,35	1,3	1,25	1,2	1,17	1,15	1,1	1,05	1,0	0,9	3 и 4
Наклон из положения сидя, см	23	20	18	15	12	10	8	6	3	1	1 и 2
	25	22	20	18	15	12	10	8	6	3	3 и 4
Сгибание и разгибание рук из упора лежа, раз	25	23	20	18	15	13	11	9	7	3	1 и 2
	30	25	23	20	18	15	12	10	8	5	3 и 4
Поднимание туловища из положения лежа на спине, раз	80	70	65	60	55	50	45	40	35	30	1 и 2
	100	90	80	70	65	60	55	50	45	40	3 и 4
Приседание, раз**	80	70	60	50	45	40	35	30	25	20	1 и 2
	100	90	80	70	60	50	45	40	35	30	3 и 4

** вариативный компонент

*Контрольные нормативы физической подготовленности применяются при отсутствии противопоказаний и с учетом диагноза.

Дополнения к зачетным требованиям

Студенты, освобожденные от занятий на длительный срок (более 1 месяца), а также студенты, занимающиеся в группах ЛФК при организациях здравоохранения, сдают зачет на кафедре физического воспитания и спорта на основании следующих нормативных требований теории и практики физического воспитания:

1. оценка уровня теоретических знаний с включением контрольных вопросов (написание и защита рефератов по тематике предложенной учебной программой отражающей оздоровительно-профилактическую направленность физического воспитания, перед каждой аттестацией студента, в течение учебного года);
2. оценка самостоятельного освоения дополнительной тематикой по физической культуре с учетом состояния здоровья студента, показаний и противопоказаний к применению физических упражнений (реферат по заболеваниям согласно справки ВКК предоставленной в начале учебного года);
3. оценка физического развития студента, умение проводить и анализировать функциональные пробы и антропометрические данные (заполнение дневника самоконтроля);
4. обязательное участие студента в научно-исследовательской работе (участие в студенческих конференциях проводимых на кафедре и в ВУЗе).

Студенты, по состоянию здоровья, освобожденные от занятий на длительный срок (более 1 месяца), а также студенты, занимающиеся в группах ЛФК при организациях здравоохранения освобождаются от сдачи контрольных нормативов.

Примерные вопросы по теоретическому курсу:

1. Что такое "здоровый образ жизни"?
2. Что значит "рациональный режим питания"?
3. Что называют "рациональным режимом двигательной активности"?
4. Чем характеризуется здоровый досуг?
5. Зачем нужно заниматься физической культурой учащимся, которые по состоянию здоровья отнесены к специальной медицинской группе?
6. Какие физические упражнения полезно тебе выполнять с учетом твоего заболевания?
7. Какие правила надо соблюдать при составлении и выполнении комплекса корригирующей гимнастики при твоем заболевании?
8. Какие правила надо соблюдать при составлении и выполнении комплекса утренней гимнастики при твоем заболевании?

9. Как сформировать правильную осанку?
10. Какие ты знаешь правила оказания первой медицинской помощи при травме руки (ноги), полученной во время занятий физической культурой?
11. Какие меры предосторожности нужно соблюдать при выполнении физических упражнений?
12. Какие бывают дыхательные упражнения, зачем они нужны и как выполняются?
13. Какие релаксационные упражнения ты знаешь, зачем они нужны и как выполняются?
14. Как влияют регулярные занятия физической культурой на состояние организма?
15. Что такое физическая подготовленность и как ее оценивают?
16. Какие ты знаешь основные физические качества?
17. Как можно контролировать свое состояние во время занятий физической культурой?
18. Какие виды оздоровительной физической культуры тебе известны?

Примерные виды практических заданий (выполняются при отсутствии противопоказаний):

1. Комплекс упражнений ежедневной утренней зарядки.
2. Комплекс упражнений дыхательной гимнастики.
3. Комплекс упражнений корригирующей гимнастики (при конкретном заболевании).
4. Комплекс упражнений для развития силы рук (ног; спины; брюшного пресса).
5. Комплекс упражнений для развития координации движений.
6. Комплекс упражнений для развития быстроты.
7. Комплекс упражнений для развития общей выносливости.
8. Комплекс упражнений для развития гибкости.
9. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки.
10. Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия.
11. Самостоятельно составить комплекс упражнений утренней зарядки (из предложенного набора физических упражнений) и выполнить его.
12. Показать способы оказания первой медицинской помощи при травме руки.
13. Показать способы оказания первой медицинской помощи при травме ноги.
14. Выполнить упражнения из изученных подвижных игр (броски мяча в баскетбольное кольцо; ведение мяча в баскетболе; подача мяча в волейболе; прием мяча в волейболе; элементы челночного бега и т.п.).

Темы рефератов для студентов групп ЛФК, и студентов полностью освобожденных от занятий по физической культуре

1. Основные понятия и краткая история развития ЛФК

2. Клинико-физиологические обоснования лечебного применения физических упражнений.
3. Механизмы тонизирующего действия физических упражнений.
4. Механизмы трофического действия физических упражнений.
5. Механизмы нормализации патологически измененных функций и целостной деятельности организма.
6. Общие показания и противопоказания к лечебному применению физических упражнений.
7. Характеристика физических упражнений, применяемых при лечении различных заболеваний.
8. Применение подвижных игр в ЛФК.
9. Роль и применения идеомоторных упражнений в ЛФК.
10. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
11. Особенности ЛФК при миокардиодистрофии.
12. Особенности ЛФК при гипертонической болезни.
13. Особенности ЛФК при гипотонической болезни.
14. Особенности ЛФК при варикозном расширении вен.
15. ЛФК при заболевании органов дыхания.
16. Особенности ЛФК при хроническом бронхите.
17. Особенности ЛФК при бронхиальной астме.
18. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения.
19. Особенности ЛФК при хроническом гастрите.
20. Особенности ЛФК при язвенной болезни желудка двенадцатиперстной кишки.
21. Особенности ЛФК при холецистите и желчекаменной болезни.
22. Особенности ЛФК при гепатите.
23. Особенности ЛФК при сахарном диабете.
24. Особенности ЛФК при ожирении.
25. ЛФК при заболеваниях органов мочевого выделения.
26. Особенности ЛФК при хроническом пиелонефрите.
27. Особенности ЛФК при почечнокаменной болезни.
28. ЛФК при заболевании суставов.
29. Особенности ЛФК при артритах.
30. Особенности ЛФК при межпозвоновом остеохондрозе.
31. Особенности занятий физическими упражнениями в первый триместр беременности.
32. Особенности занятий физическими упражнениями во второй триместр беременности.
33. Особенности занятий физическими упражнениями в третий триместр беременности.
34. Особенности занятий физическими упражнениями в период родов.
35. ЛФК при повреждениях суставов и оперативных вмешательствах на них.
36. ЛФК при повреждениях пояса верхних конечностей.
37. ЛФК при сколиозах.
38. ЛФК при плоскостопии.

39. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
40. Физическая культура – часть общечеловеческой культуры.
41. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении.
42. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система.
43. Характеристика функциональных систем организма и их совершенствование под воздействием направленной физической тренировки.
44. Обмен веществ и энергии – основа жизнедеятельности организма человека.
45. Здоровый образ жизни.
46. Физическая культура в обеспечении здоровья.
47. Здоровье человека как общекультурная ценность.
48. Факторы, определяющие здоровый образ жизни.
49. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
50. Особенности самостоятельных занятий для женщин.
51. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями.
52. Дыхательная гимнастика по методу А.Н.Стерельниковой.
53. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
54. Изменение состояния организма студента под влиянием различных режимов и условий обучения.
55. Влияние физической культуры на работоспособность в умственном труде.
56. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения.
57. Работоспособность студентов в период экзаменационной сессии, роль физической культуры.
58. Физическая культура, здоровье и работоспособность студентов.
59. Физическая культура и умственное эмоциональное перенапряжение студентов.
60. Средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности студентов.
61. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального состояния студентов.
62. Закаливание, как способ сохранения здоровья и не только.
63. Утомление, переутомление, профилактика перенапряжения и восстановление.
64. Психологические средства восстановления организма.
65. Здоровье и эмоции.
66. Психоэмоциональное напряжение и физическая культура.
67. Влияние эмоций на здоровье человека.
68. Психофизическая тренировка и здоровье.
69. Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.
70. В здоровом теле здоровый дух, и наоборот.
71. Стресс и возможности физической культуры.
72. Телесность, здоровье и гармонически развитая личность.

73. Основные принципы оздоровительной системы Порфирия Иванова.
74. Здоровье, сон, мышечный тонус, эмоции.
75. Здоровье - в движении.
76. Телесная культура личности, ее составляющие.
77. Идеомоторная тренировка, как средство оздоровления организма.
78. Физическая культура человека на всех этапах личностного развития.
79. Взгляды Мирзакарима Норбекова на здоровье человека, способы и средства оздоровления.
80. Здоровый позвоночник – здоровый организм.
81. Психология физического здоровья (установки, чувства, эмоции).
82. Психология здорового человека.
83. Роль физической культуры в профессии врача.
84. Гимнастика В. Дикуля.
85. Опыт и перспективы развития системы менеджмента качества в вузах.
86. Образовательные технологии как фактор повышения качества подготовки и переподготовки кадров.
87. Организационно-дидактические и психолого-педагогические проблемы создания УМК, учебников, учебных пособий.
88. Информационно-методическое обеспечение учебного процесса в вузе.
89. Совершенствование форм обучения в системе менеджмента качества.
90. Реализация воспитательных и развивающих функций образовательного процесса.
91. Педагогическое управление личностно-профессиональным развитием студентов.
92. Совершенствование форм воспитательной работы в вузе.
93. Научно-методическое обеспечение воспитательной работы.
94. Система менеджмента качества воспитательной деятельности.
95. Психолого-педагогическое сопровождение студентов.
96. Формирование исследовательских компетенций студентов.
97. Электронные средства обучения: содержание, структура, технология разработки.
98. Инновационные подходы к организации самостоятельной работы студентов.
99. Дистанционное обучение студентов.
100. Актуальные проблемы развития системы доуниверситетской подготовки.
101. Совершенствование форм работы в системе доуниверситетской подготовки.
102. Подготовка и повышение квалификации профессорско-преподавательского состава высшей школы.
103. Состояние и тенденции развития системы образования взрослых.
104. Совершенствование системы квалификации и переподготовки кадров.
105. Туризм как средство организационного досуга и оздоровления людей.
106. Туризм и региональное развитие.
107. Виды туризма, их социальная и экономическая эффективность.

ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

- 1 Белая, Н.А. Лечебная физическая культура и массаж: учебно-методическое пособие для медицинских работников. – М.: Советский спорт, 2001. – 272 с.
- 2 Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура - М.: Медицина, 1999.
- 3 Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура: учебное пособие. – М.: ГОЭТАР-МЕД, 2002. – 560 с.
- 4 Кашин, А.Д. Сколиоз и нарушение осанки: лечебная физическая культура в системе медицинской реабилитации: учеб.-метод. пособие для врачей и инструкторов лечебной физкультуры. Мн.: НМЦентр, 1998. – 240 с.
- 5 Лечебная физическая культура в хирургии / под ред. проф. Добровольского В.К.. – М.: Медицина, 1970. – 271 с.
- 6 Лечебная физическая культура / под редакцией проф. В.Е. Васильевой – М.: Физкультура и спорт, 1970.
- 7 Лечебная физическая культура: учебник для институтов физической культуры под ред. В.И. Дубровского – М.: Медицина, 1999.
- 8 Лечебная физическая культура: учеб. для студ. высш. учеб. заведений/ С.Н.Попов [и др.]; под ред С.Н.Попова. – 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 416 с.
- 9 Учебник инструктора по лечебной физической культуре под ред. проф. В.П. Провосудова – М.: Физкультура и спорт, 1980.
- 10 Виленский, В.И. Физическая культура студента: учеб. / под ред. докт. педагог. наук В.И. Виленского. – М.: Гардарики, 2001. – 448 с.
- 11 Головина, В.А. Физическое воспитание: учеб. / В.А. Головина, В.А. Маслякова, А.В. Коробкова; под ред. В.А. Головина – М.: Высшая школа, 1983. – 391 с.
- 12 Глазко, Т.А. Физическое воспитание учащейся молодежи: учеб. пособие / Т.А. Глазко, Р.И. Купчинов, В.М. Михаленя; под ред. Т.А. Глазко. - Мн., 1995.
- 13 Глазко, Т.А. Дифференцированный и индивидуальный подходы к построению и организации физического воспитания студенческой молодежи / Т.А. Глазко, М.П. Желобкович, Р.И. Купчинов; под ред. Т.А. Глазко. – Минск, 1997. – 112 с.
- 14 Кулинкович, Е.К. Здоровый образ жизни как веление времени: метод. пособие / Е.К. Кулинкович. – Минск, 1998.
- 15 Купчинов, Р.И. Формирование здорового образа жизни студенческой молодежью: учеб. пособие / Р.И. Купчинов. – Минск, 2004.
- 16 Основы знаний для самостоятельных занятий физической культурой студентов с отклонениями в состоянии здоровья: учеб.-метод. пособие / И.И. Лосева [и др.]; под общ. ред. И.И. Лосевой. – Минск, 2005.
- 17 Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: учеб. для высших специальных физкультурных учебных заведений. – СПб.; М., 2004.
- 18 Разницын, А.В. Врачебный контроль за физическим воспитанием и состоянием здоровья студентов / А.В. Разницын. – Гродно, 2002.
- 19 Физическая культура студента: учебник / под ред. В.И. Ильинича. – М., 2007.

- 20 Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов вузов / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 2-е изд., испр. и доп. – М., 2002.
- 21 Физическая культура: типовая учеб. программа для высш. учеб. заведений / сост.: В.А. Коледа [и др.]; под. ред. В.А. Коледы. – Минск: РИВШ, 2008. – 60 с.
Дополнительная литература
1. Боник, Г.А. Определение медицинской группы учащимся и студентам для организации проведения занятий по физическому воспитанию: метод. рекомендации / Г.А. Боник, С.М. Березовская. - Мн., 1999.
 2. Брэгг, П. Здоровье и долголетие / П. Брэгг. - М.: Грэгори-Пейдж, 1996.
 3. Брэгг, П. Позвоночник – ключ к успеху / П. Брэгг, Р. Нордемар. - СПб., 1996.
 4. Булич, Э.Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах: учеб. пособие / Э.Г. Булич. - М.: Высш. шк., 1986.
 5. Войтехович, В.П. Физическое воспитание детей и подростков, имеющих отклонения в состоянии здоровья: метод. рекомендации / В.П. Войтехович, И.И. Котлярова, Е.В. Пилютник [и др.]. - М., 1998.
 6. Григорович, Е.С. Физические упражнения – средство оздоровления, коррекции осанки и профилактики остеохондроза: метод. пособие для преподавателей физического воспитания вузов / Е.С. Григорович, А.М. Трофименко. – Мн., 1995. – 28 с.
 7. Здоровье: Популярная энциклопедия. Мн.: БелСЭ, 1990.
 8. Лебедева, Н.Т. Школа здоровья учащихся: пособие / Н.Т. Лебедева. - Мн.: Універсітэцкае, 1998. – 221 с.
 9. Правосудов, В.П. Учебник инструктора по лечебной физкультуре / В.П. Правосудов. - М.: ФиС, 1980.
 10. Разницын, А.В. Врачебный контроль за физическим воспитанием и состоянием здоровья студентов / А.В. Разницын. – Гродно, 2002. – 72 с.
 11. Тарасенко, М.Н. Физическое воспитание студентов в специальном учебном отделении. Тарасенко, М.Н. М.: Высш. шк., 1976.
 12. Тимошенко, В.В. Физическое воспитание студентов и учащихся, отклонения в состоянии здоровья / под общ. ред. В.В.Тимошенко: учеб. пособие. - Мн., 1995.
 13. Чаговадзе, А.В. Физическое воспитание в реабилитации студентов с ослабленным здоровьем: учеб. пособие / А.В. Чаговадзе, В.Д.Прошляков, М.Г. Мацук.- М.: Высш. шк., 1986.
 14. Белякова, Р.Н. Педагогический и медицинский контроль физического воспитания учащихся: пособие для преподавателей физической культуры и медицинских работников учебных заведений / Р.Н. Белякова, Г.А. Боник, И.А. Мотевич. – Минск, 2004.
 15. Дашинский, А.К. Методы оценки уровня здоровья и эффективности физкультурно-оздоровительных занятий лиц зрелого возраста: метод. пособие / А.К. Дашинский. – Минск, 1999.
 16. Дубровский, В.И. Спортивная медицина: учеб. для студентов вузов / В.И. Дубровский. – М., 1998.
 17. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск, 2003

Методические материалы

1. В.Н. Борсук, В.Л. Царанков, В.Д. Козырь Самомассаж для каждого: Учебно-методическое пособие. – Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2011. - с.18
2. Т.Ф.Торба, Г.И.Медведева, А.Ю. Гуреева Оздоровительная ходьба и бег для студентов СМГ: Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2011. - с.20
3. Т.Ф.Торба, Д.А.Качур, Л.А. Матвиенко Дневник самоконтроля для студентов СМГ Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2011. - с.21
4. Д.А.Качур, Н.Д. Кондрат Применение элементов массажа в учебно-тренировочном процессе студентов: Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2010. - с.22
5. Борсук В.Н., Царанков В.Л., Торба Т.Ф. Нестандартное оборудование в профессионально-прикладной физической подготовке студентов : Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2010. - с.19
6. Т.Ф.Торба, Т.Е.Гуткина, Д.А. Плешкунов. Комплексы упражнений для студентов специальных медицинских групп по заболеваниям: Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2010. - с.23
7. Д.А.Качур, Н.Д.Кондрат, В.З.Драбкин Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических специальностей: Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2009. - с.24
8. Т.Ф.Торба, В.В.Бображ, Д.А. Плешкунов Дыхательная гимнастика при заболеваниях органов дыхания: Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2009. - с.24
9. М.Г.Демиденко, Т.Ф.Торба, Д.А. Плешкунов Закаливание организма средствами физкультуры: Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2009. - с.22
- 10.Медведева Г.И., Двоскин Г.П., Томашук О.С. Организация занятий со студентами, отнесенными к специальной медицинской группе: Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2009. - с.21
- 11.Ярчак Е.Н., Володкович С.Л., Драбкин В.З. Дыхательная гимнастика для студентов подготовительных и специальных медицинских групп: Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2009. - с.23
- 12.Л.А. Матвиенко, Проведение самоконтроля студентами, занимающимися физическим воспитанием на специальном отделении: Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2009. - с.18
- 13.Т.Ф.Торба, В.В.Бображ, В.Н. Борсук Лечебная физическая культура при заболеваниях опорно-двигательного аппарата: Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2008. - с.18
- 14.Козырь В.Д., Ярчак Е.Н., Борсук В.Н. Личная гигиена и ее основные задачи: Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2009. - с.21
- 15.О.А. Томашук, В.В. Бображ. Физическая культура и лечебная физическая культура в период беременности: Учебно-методическое пособие. - Гомель УО ГГТУ им. П.О. Сухого, 2004. - с.19

