

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)



УТВЕРЖДАЮ

Первый проректор, проректор по научной
и инновационной работе

В.Г. Прокошев

« 04 » 06 2015 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ И УЧЕНИЕ О ЗДОРОВЬЕ

(наименование дисциплины)

Направление подготовки 06.06.01 – Биологические науки

Направленность (профиль) подготовки Физиология

Квалификация выпускника «Исследователь. Преподаватель-исследователь»

Форма обучения очная

(очная, заочная)

Год обучения	Трудоемкость зач. ед, час.	Лекции, час.	Практич. занятия, час.	Лаборат. работы, час.	СРС, час.	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
2	3 з.е., 108 часа	36	-	-	72	зачет
Итого	3 з.е., 108 часа	36	-	-	72	зачет

г. Владимир 2015 г.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Проблемы адаптации и учение о здоровье» являются изучение теоретических основ современного учения о здоровье в свете теории адаптации, прикладными аспектами валеологии, углубление и совершенствование знаний, умений и навыков по адаптационной физиологии и валеологии для обеспечения готовности выпускника осуществлять научно-исследовательскую и педагогическую работу в области физиологии в соответствии с требованиями ФГОС ВО.

Задачи курса:

1. Овладение системой научно-прикладных знаний и умений по адаптационной физиологии и валеологии, необходимых в будущей профессиональной деятельности.
2. Формирование у аспирантов методических и практических умений и навыков оценки индивидуального здоровья современными методами.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ (ОПОП ВО)

Дисциплина «Проблемы адаптации и учение о здоровье» - расширенный вариант дисциплины «Валеология», которая изучается во многих вузах. Валеология - сравнительно новая дисциплина в структуре учебных планов высших учебных заведений. Актуальность ее была обусловлена неблагоприятной медико-демографической ситуацией в стране, состоянием здоровья населения России.

Дисциплина «Проблемы адаптации и учение о здоровье» относится к вариативной части Блока 1. Ее изучение предполагает наличие у аспирантов подготовки по анатомии, физиологии, валеологии в объеме программ магистратуры или высшего образования.

Дисциплина изучается в логической и содержательно-методической взаимосвязи с другими дисциплинами, такими, как: «Физиология», «История и философия науки», «Теория и методология экспериментальных исследований», «Информационные технологии в науке и образовании», «Психология и педагогика высшей школы» и др.

Освоение дисциплины является необходимым для успешной сдачи государственного экзамена и подготовки научно-квалификационной работы (диссертации).

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения программы аспирантуры у выпускника должны быть сформированы:

универсальные компетенции, не зависящие от конкретного направления подготовки:

- способность планировать и решать задачи собственного профессионального и личностного развития (УК-5).

профессиональные компетенции, определяемые направленностью программы аспирантуры «Физиология» в рамках направления подготовки 06.06.01 «Биологические науки» (ПК-1, ПК-2, ПК-3):

- владеть основными физиологическими методами анализа и оценки функционального состояния организма человека (ПК-1),

- владеть теоретическими знаниями о функционировании внутренних органов, нервных и гуморальных механизмах регуляции внутренних органов и состава внутренней среды (ПК-2),

- способность профессионально оформлять и представлять результаты научно-исследовательских работ с учетом требований, предъявляемых к исследованиям в области физиологии (ПК-3).

В результате освоения дисциплины аспирант должен демонстрировать следующие результаты образования:

Знать:

- общие закономерности и физиологические механизмы регуляции функции здорового организма (ПК-2);
- основные принципы организации и проведения научного эксперимента (УК-5);

Уметь:

- планировать и организовать проведение эксперимента (ПК-3);
- анализировать полученные экспериментальные данные (ПК-3);
- провести корректирующие мероприятия при выявлении несоответствий цели, задач и полученных результатов (УК-5);

Владеть:

- основными физиологическими методами анализа и оценки функционального состояния организма человека (ПК-1),
- методами оформления и представления результатов научно-исследовательских работ с учетом требований, предъявляемых к исследованиям в области физиологии (ПК-3).

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 часов.

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Год обучения	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу аспирантов и трудоемкость (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра), форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лекции	Семинары	Практические занятия	Лабораторные работы	СРА	
1	Общие закономерности адаптации организма к различным условиям	2	4				8	
2	Адаптация организма к различным воздействиям	2	4					
3	Здоровье как биологическое свойство организма	2	4				8	тестирование
4	Основные принципы валеологии, донозологическая диагностика.	2	4				8	
5	Проблема измерения уровня здоровья	2	4				8	
6	Метод анализа вариабельности сердечного ритма (ВСР) – современная методология оценки уровня здоровья и функциональных резервов организма	2	4				8	реферат
7	Аппаратно-программные комплексы для использования в практике валеологических исследований	2	4				8	
8	Стресс и здоровье	2	4				8	

9	Оценка здоровья микропопуляций (коллективное здоровье) и проблема донозологического контроля.	2	4				8	
	ИТОГО:		36				72	зачет

Краткое содержание дисциплины

Тема 1. Общие закономерности адаптации организма к различным условиям. Биологические и социальные аспекты адаптации. Эволюция и формы адаптации. Адаптогенные факторы. Фазы развития процесса адаптации. Механизмы адаптации. Системный структурный след адаптации.

Тема 2. Адаптация организма к различным воздействиям. Адаптация и терморегуляция (адаптация к действию низкой температуры, адаптация к действию высокой температуры). Адаптация к гипоксии. Адаптация к невесомости. Адаптация к режиму двигательной активности. Теория адаптации и биологические ритмы.

Тема 3. Здоровье как биологическое свойство организма. Медико-физиологические аспекты учения о конституции. Учение о конституции и теория адаптации (конституция человека и среда обитания). Проблема возраста в валеологии.

Тема 4. Основные принципы валеологии, донозологическая диагностика. Развитие представлений о здоровье с древности и до наших дней. Шкала Авиценны. Процесс перехода от здоровья к болезни (донозологическая диагностика). Принципы донозологической диагностики. Классификация уровней здоровья.

Тема 5. Проблема измерения уровня здоровья. Сердце как индикатор адаптационных возможностей организма. Количественная оценка функционального состояния организма. Двухконтурная модель регуляции сердечного ритма.

Тема 6. Метод анализа вариабельности сердечного ритма (ВСР) – современная методология оценки уровня здоровья и функциональных резервов организма. Основные методы анализа R-R интервалов (временные и частотные). Комплексная оценка ВСР по ПАРС. Некоторые наиболее информативные показатели ВСР. Оценка функциональных резервов организма.

Тема 7. Аппаратно-программные комплексы для использования в практике валеологических исследований. Современные АПК для записи и анализа показателей ВСР. Структура и функции комплекса «Варикард». Возможности использования современных АПК для скрининга и мониторинга уровня здоровья различных категорий населения.

Тема 8. Стресс и здоровье. Учение Г. Селье о стрессе. Стрессоры. Виды стресса. Стадии развития стресса. Общий адаптационный синдром. Механизмы стресса. Диагностика и профилактика стрессовых состояний.

Тема 9. Оценка здоровья микропопуляций (коллективное здоровье) и проблема донозологического контроля. Структура здоровья коллективов различных предприятий. Структура здоровья как показатель влияния профессионально-производственных факторов. Донозологический контроль за эффективностью профилактических мероприятий.

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Учебный процесс по дисциплине «Проблемы адаптации и учение о здоровье» осуществляется с использованием мультимедийных технологий, активных и интерактивных форм проведения занятий (ролевые игры, разбор конкретных ситуаций и др.) с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

3. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ АСПИРАНТОВ

Тесты для текущего контроля

::№1: Благодаря какой функции сердца происходит непрерывное движение крови по замкнутой системе сосудов малого и большого кругов кровообращения? {

- ~Проводящей
- ~Адаптивной
- =Сократительной
- ~Механической

}

::№2: Закономерный характер чередования фаз сердечного сокращения обусловлен автономной саморегулирующей системой сердца, называемой ... {

- ~симпатической
- ~парасимпатической
- ~внесердечной
- =проводящей

}

::№3: Основные функции большого круга кровообращения заключаются в ... {

- ~осуществлении газообмена между кровью и воздухом легких
- =доставке органам и тканям кислорода и питательных веществ и выведение из них углекислоты и продуктов обмена
- ~обеспечении тока крови только в одном направлении - от сердца в артерии, по венам - к сердцу
- ~распространении возбуждения по волокнам сердечной мышцы

::№4: Основными функциями малого круга кровообращения являются:... {

- ~доставка органам и тканям кислорода и питательных веществ и выведение из них углекислоты и продуктов обмена
- ~распространение возбуждения по волокнам сердечной мышцы
- ~обеспечение тока крови только в одном направлении - от сердца в артерии, по венам - к сердцу
- =газообмен между кровью и воздухом легких, обогащение крови кислородом

}

::№5: Какие гемодинамические характеристики тесно связаны с работой сердца? {

- =Ударный и минутный объем, кровяное давление
- ~Жизненная емкость легких, частота сердечных сокращений
- ~Артериальное давление, максимальное потребление кислорода
- ~Систолическое давление, диастолическое давление, PWC170

::№6: Метод регистрации биотоков сердца называется ... {

- ~Тахикардией
- ~брадикардией
- ~сфигмограммой
- =электрокардиографией

}

::№7: Какое время в течение суток сердце отдыхает, если И.М. Сеченовым подсчитано, что желудочки работают примерно 8 часов? {

- =16 часов

~8 часов

~4 часа

~2 часа

}

::№8: Как называется количество крови, выталкиваемое желудочком в аорту при каждом сокращении, и чему оно равняется в состоянии покоя? {

=Систолическим объемом крови, равным примерно 60-70 мл.

~Минутным объемом крови, составляющим 4,5-5 л.

~Диастолическим объемом крови, равным 100-200 мл.

~Общим объемом сердца, составляющим 1,0-1,3 л.

::№9: Что составляет полный цикл сердечной деятельности и какой временной период он длится при ЧСС = 70 ударах в минуту? {

=Систола предсердий, систола желудочков, общая пауза; период: 0,8-0,85сек.

~Фаза напряжения, фазы быстрого и медленного изгнания крови; период: 0,3сек.

~Фаза наполнения сердца кровью, фаза отдыха; период: около 10сек.

~Диастола предсердий, диастола желудочков, общая пауза; период: 0,8-0,85сек.

::№10: Что происходит с сердечной мышцей в период фазы абсолютной рефрактерности сердца? {

~Возбудимость сердечной мышцы восстанавливается

~Сердце может ответить экстрасистолой на дополнительное раздражение

~Возбудимость сердечной мышцы достигает исходной величины

=Сердечная мышца не отвечает на раздражение, возбудимость ее резко падает

::№11: Основными функциями симпатической нервной системы являются... {

~гомеостатическая (в состоянии покоя), защитная, опорожнение полых органов

~обеспечение внутриорганной иннервации, регуляция работы гладких мышц, входящих в состав большинства органов желудочно-кишечного тракта

=гомеостатическая (в активном состоянии), адаптационно-трофическая, иннервация всех органов и тканей

~регуляция секреторной активности, местных иммунологических реакций, работы миокарда

}

::№12: Основными функциями парасимпатической нервной системы являются... {

=гомеостатическая (в состоянии покоя), защитная, опорожнение полых органов

~обеспечение внутриорганной иннервации, регуляция работы гладких мышц, входящих в состав большинства органов желудочно-кишечного тракта

~гомеостатическая (в активном состоянии), адаптационно-трофическая, иннервация всех органов и тканей

~регуляция секреторной активности, местных иммунологических реакций, работы миокарда

}

::№13: Предельная мобилизация при работе систем жизнеобеспечения и энергопроизводства является результатом влияний ... {

~парасимпатических

~вегетативных

~гормональных

=симпатических

}

::№14: Экономичность функций организма и энергопроизводства в условиях относительного мышечного покоя является результатом усиления влияний ... {

=парасимпатических

~вегетативных

~гормональных

~симпатических

}

::№15: Кто из ученых открыл адаптационно-трофическое влияние симпатических нервов на сердце и назвал это влияние усиливающим («усиливающий» нерв сердца)? {

~Г. Селье

=И.П. Павлов

~П.В. Симонов

~П.К. Анохин

}

::№16: Медиатором нервного возбуждения во всех преганглионарных волокнах является...

{

=ацетилхолин

~адреналин

~норадреналин

~соматотропин

}

::№17: При чрезвычайных физических и психических раздражениях у человека возникает состояние напряжения - ... {

~утомление

~возбуждение

=стресс

~ перетренированность

}

::№18: Комплекс защитных неспецифических реакций организма на неблагоприятные влияния среды был назван канадским ученым Г. Селье ... {

~стадией резистентности

=общим адаптационным синдромом

~приспособительными реакциями

~стадией тревоги

::№19: Какие вещества усиливают приспособительные реакции в организме? {

~Тиреоидные гормоны

~Андрогены

~Эндорфины

=Глюкокортикоиды

::№20: Способность сохранять относительное постоянство состава внутренней среды и свойства организма называется ... {

~коагуляцией

~диффузией

=гомеостазом

~Синтезом

Перечень контрольных вопросов к зачету

1. Структура валеологии как научной дисциплины.
2. Развитие представлений о здоровье с древности до наших дней. Шкала Авиценны.
3. Современные представления о здоровье.
4. Составляющие здоровья, определение здоровья ВОЗ.
5. Понятие об индивидуальном и коллективном здоровье.

6. Что такое адаптация?
7. Что такое фенотипическая и генотипическая адаптация?
8. Фазы развития адаптации. Теория Г. Селье.
9. Понятие о конституции и соматотипе.
10. Критерии конституциональной принадлежности.
11. Типы конституции человека.
12. Экологический портрет человека.
13. Региональные особенности проявления акселерации развития.
14. Валеология и старение.
15. Демографические и социальные проблемы валеологии.
16. Классификация уровней здоровья.
17. Что такое донозологическая диагностика?
18. Количественная оценка уровня здоровья. Шкала «Светофор».
19. Современные аппаратно-программные комплексы для оценки уровня здоровья. Комплекс «Варикард».
20. Сердце – как индикатор адаптационных возможностей организма.
21. Методы анализа ВСР
22. Некоторые наиболее информативные показатели ВСР.
23. Понятие о структуре здоровья.
24. Понятие о мониторинге здоровья. Виды мониторинга.

Тематика рефератов для самостоятельной работы

1. История и перспективы развития валеологии в России.
2. Адаптационные возможности организма и группы здоровья.
3. Влияние экологических факторов на здоровье.
4. Рациональное питание – как способ сохранения здоровья.
5. Система закаливания П. К. Иванова «Детка».
6. Болезни цивилизации. Сердечно-сосудистые заболевания.
7. Оптимальный двигательный режим и здоровье человека.
8. Понятие о составе (композиции) тела, методы определения.
9. Методы определения биологического возраста
10. Контроль массы тела. Индекс массы тела (ИМТ).

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Основная литература:

1. Кучма, В.Р. Здоровый человек и его окружение. [Электронный ресурс]: учебник / В. Р. Кучма, О. В. Сивочалова - 4-е изд., испр. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 544 с.: ил. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970432327.html>
2. Медик, В.А. Общественное здоровье и здравоохранение [Электронный ресурс]: учебник / Медик В.А., Юрьев В.К. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 288 с.: ил. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970424230.html>
3. Пискунов, В.А. Здоровый образ жизни: учебное пособие /В.А. Пискунов, М.Р. Максинаева, Л.П. Тупицына и др. - М.: Прометей, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223559.html>
4. Нормальная физиология [Электронный ресурс]: учебник / под ред. Л. З. Теля, Н. А. Агаджаняна - М.: Литтерра, 2015. - 768 с.: ил. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785423501679.html>

Дополнительная литература:

1. Ромашин, О.В. Система управления процессом целенаправленного оздоровления человека [Электронный ресурс]: учеб. пособие / О.В. Ромашин. - М.: Советский спорт, 2009. - 100 с.: ил. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971803911.html>
2. Полозов, А.А. Слагаемые максимальной продолжительности жизни: что нового? [Электронный ресурс] / А.А. Полозов. - М.: Советский спорт, 2011. - 390 с.: ил. - ISBN 978-5-9718-0480-2.
3. Воронков, Ю.И. Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте [Электронный ресурс]: очерки / Ю.И. Воронков, А.Я. Тизул. - М.: Советский спорт, 2011. - 228 с. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805212.html>
4. Решетников, А.В. Здоровье как предмет изучения в социологии медицины [Электронный ресурс]: учебное пособие / Решетников А.В., Шаповалова О.А. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2008. - 64 с. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970407912.html>
5. Сколько нужно съесть, чтобы похудеть. [Электронный ресурс] / Оформление А. Литвиненко. - М.: Человек, 2012. - 224 с. (Vita longa) - ISBN 978-5-904885-45-8. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785904885458.html>
6. Философия здоровья: от лечения к профилактике и здоровому образу жизни [Электронный ресурс]: руководство для врачей, специалистов по реабилитации и студентов / под ред. Е. В. Ключковой. - М.: Теревинф, 2015. - (1 файл pdf : 273 с.). - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785421202240.html>

Периодические издания

Журнал «Теория и практика физической культуры»

Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка»

Журнал «Валеология»

Интернет-ресурсы

- <http://www.who.int/ru/> - официальный сайт Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ).
- <http://www.minzdravsoc.ru/> - сайт Министерства здравоохранения и социального развития РФ.

8.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Лекционные занятия проводятся в мультимедиа аудитории 304-1с с выходом в интернет (ул. Горького, 87а).

Лабораторные занятия по дисциплине проводятся в кабинете функциональной диагностики (ауд. 202-1с, ул. Горького, 87а).

Имеющееся оборудование:

- 2 компьютера с выходом в интернет,
- ноутбук,
- 4-х канальный аппаратно-программный комплекс «Варикард» для записи ЭКГ и анализа variability ритма сердца,
- комплекс для оценки функции внешнего дыхания и газообмена «Мастерскрин»,
- медицинский велоэргометр,
- электронные весы с ростомером Seca,
- автоматические приборы для измерения артериального давления,
- электронный метроном, секундомер,
- кистевой динамометр,
- ступенька с регулируемой высотой,
- учебные плакаты и таблицы, раздаточный материал.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО (уровень подготовки кадров высшей квалификации) по направлению 06.06.01 – Биологические науки и направленности (профилю) подготовки – Физиология

Рабочую программу составила д.б.н., проф. Батоцыренова Т.Е. _____

Рецензент _____ д.б.н. Каторгина Г.И. логопед-специалист, Областная психиатрическая больница № 1

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК
протокол № _____ от _____ 2015 года.

Заведующий кафедрой _____ Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направления 06.06.01 «Биологические науки»

Протокол № _____ от _____ года

Председатель комиссии _____ Батоцыренова Т.Е.

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
«ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ И УЧЕНИЕ О ЗДОРОВЬЕ»**

Рабочая программа одобрена на 2015-16 учебный год

Протокол заседания кафедры № _____ от _____ 2015 года

Заведующий кафедрой _____ Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на 2016-17 учебный год

Протокол заседания кафедры № _____ от _____ года

Заведующий кафедрой _____ Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на _____ учебный год

Протокол заседания кафедры № _____ от _____ года

Заведующий кафедрой _____

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)

Актуализированная
рабочая программа
рассмотрена и одобрена
на заседании кафедры
протокол № ____ от ____ 2016 г.
Заведующий кафедрой ТМБОФК
Батоцыренова Т.Е.
(подпись, ФИО)

Актуализация рабочей программы дисциплины

«ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ И УЧЕНИЕ О ЗДОРОВЬЕ»

Направление подготовки	<u>06.06.01 Биологические науки</u>
Направленность (профиль) подготовки	<u>Физиология</u>
Уровень высшего образования	<u>Подготовка кадров высшей квалификации</u>
Квалификация выпускника	<u>«Исследователь. Преподаватель-исследователь»</u>
Форма обучения	<u>очная</u>

Владимир 2016

Рабочая программа учебной дисциплины актуализирована в части рекомендуемой литературы.

Актуализация выполнена: д.б.н., проф. Батоцыренова Т.Е.

а) основная литература:

1. Прохорова, Э. М. Валеология: Учебное пособие / Э.М. Прохорова. - 2-е изд. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 256 с.: 60х90 1/16. - (Высшее образование: Бакалавриат) (Переплёт 7БЦ) ISBN 978-5-16-010472-0 <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=489793#none>
2. Зименкова, Ф. Н. Питание и здоровье: Учебное пособие для студентов по спецкурсу «Питание и здоровье» / Зименкова Ф.Н. - М.: Прометей, 2016. - 168 с. ISBN 978-5-9907123-8-6 <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=557072#none>
3. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры. [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш; под общ. ред. Н.В. Третьяковой. - М.: Спорт, 2016. – 280 с. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839237.html>

б) дополнительная литература:

1. Ерёмускин, М.А. Двигательная активность и здоровье. От лечебной гимнастики до паркура. [Электронный ресурс] / Ерёмускин М.А. - М.: Спорт, 2016. – 184 с. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990723979.html>
2. Кафка, Б. Функциональная тренировка. Спорт, фитнес [Электронный ресурс] / Кафка Б., Йеневайн О. - М.: Спорт, 2016. - 176 с., ил. - ISBN 978-5-906839-14-5. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839145.html>
3. Дюков, В. Биоэнергетика в фитнесе и спорте высших достижений [Электронный ресурс] / В. Дюков - М.: Спорт, 2016. - 86с. - ISBN 978-5-9907240-0-6. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990724006.html>

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО (уровень подготовки кадров высшей квалификации) по направлению 06.06.01 Биологические науки и направленности (профилю) подготовки Физиология

Рабочую программу составил д.б.н., проф. Батоцыренова Т.Е.

Рецензент(ы) Каторгина Г.И. д.б.н. Каторгина Г.И., логопед-специалист, Областная психиатрическая больница № 1

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК протокол № 12 от 3.06 2015 года.

Заведующий кафедрой Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направления 06.06.01 «Биологические науки»

Протокол № 6 от 4.06 2015 года

Председатель комиссии Батоцыренова Т.Е.

(ФИО, подпись)

ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Рабочая программа одобрена на 2015-16 учебный год

Протокол заседания кафедры № 1 от 31.08 15 года

Заведующий кафедрой Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на 2016-17 уч. г. учебный год

Протокол заседания кафедры № 1 от 29.08 16 года

Заведующий кафедрой Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на _____ учебный год

Протокол заседания кафедры № _____ от _____ года

Заведующий кафедрой _____ Батоцыренова Т.Е.