

№ МПД-19

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Северо-Осетинская государственная медицинская академия»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации  
(ФГБОУ ВО СОГМА Минздрава России)

---

Кафедра общей гигиены и физической культуры

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**  
**по дисциплинам «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» и**  
**«ЭЛЕКТИВНЫЙ КУРС ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ»**

основной профессиональной образовательной программы высшего образования –  
программы специалитета по специальности  
32.05.01 Медико-профилактическое дело, утвержденной 24.05.2023 г.

**Составители:**

- Кусова А.Р. – зав. кафедрой общей гигиены и физической культуры,  
д.м.н., профессор  
Ростиашвили Е.Ю. – старший преподаватель  
Андиев О.Х. – старший преподаватель  
Аситашвили С.Г. – старший преподаватель  
Тедеева И.В. – старший преподаватель  
Горохов С.В. – старший преподаватель  
Козаев Р.Х. – преподаватель

Владикавказ, 2023

## ПЕРЕЧЕНЬ МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ:

1. Кусова А.Р., Аситашвили С.Г., Андиев О.Х. «Развитие физических качеств», учебно–методическое пособие для студентов. Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2023.
2. Ростиашвили Е.Ю., Аситашвили С.Г., Андиев О.Х., Тедеева И.В. «Легкая атлетика в системе физического воспитания. Техника и методика обучения», методическое пособие для студентов. Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2023.
3. Кусова А.Р., Тедеева И.В. «Скандинавская ходьба как средство лечебной физической культуры», методические рекомендации для студентов специального медицинского отделения. Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2023.
4. Ростиашвили Е.Ю., Горохов С.В. «Виды физических нагрузок и их интенсивность», методические рекомендации для студентов специального медицинского отделения. Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2023.
5. Кусова А.Р., Аситашвили С.Г., Андиев О.Х. «Основы адаптивной физической культуры», методическое пособие для преподавателей. Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2022.
6. Кусова А.Р., Тедеева И.В. «Общая выносливость. Формы и методы ее воспитания», методические рекомендации для студентов. Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2022.
7. Ростиашвили Е.Ю., Горохов С.В. «Самоконтроль в процессе занятий физической культурой», методические рекомендации для студентов специального медицинского отделения. Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2022.
8. Кусова А.Р., Тедеева И.В. «Растяжка для начинающих. Методика восстановления после физических нагрузок». Методическое пособие для студентов. Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2021.
9. Ростиашвили Е.Ю., Горохов С.В. «Оздоровительная гимнастика в системе физического воспитания», методическое пособие для студентов специального медицинского отделения. Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2021.
10. Андиев О.Х., Аситашвили С.Г. «Методика обучения и проведения общеразвивающих упражнений с предметами», учебно–методическое пособие для студентов. Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2021.
11. Кусова А.Р., Ростиашвили Е.Ю. «Организация занятий по физической культуре для студентов специального медицинского отделения с заболеванием опорно-двигательной системы–сколиозом, методическое пособие для студентов. Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2020.
12. Кусова А.Р., Шаталова А.А. «Пилатес как оздоровительная система», методическое пособие для студентов основного и специального медицинских отделений; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2020.
13. Андиев О.Х., Аситашвили С.Г., Ревазов М.О. «Методика обучения и проведения общеразвивающих упражнений без предметов на занятиях по физической культуре»; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2020.

14. Кусова А.Р., Горохов С.В., Козаев Р.Х., Шаталова А.А. «Вспомогательные и нетрадиционные средства оздоровления на занятиях со студентами специального медицинского отделения», методическое пособие; Северо-осетинская государственная медицинская академия, Владикавказ, 2020.
15. Кусова А.Р., Ростиашвили Е.Ю. «Организация занятий по физической культуре для студентов специальной медицинской группы с нарушением опорно-двигательной системы (плоскостопие)», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2019.
16. Горохов С.В., Козаев Р.Х. «Подвижные игры с элементами бадминтона на занятиях со студентами специальной медицинской группы», методическое пособие для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2019.
17. Шаталова А.А., Андиев О.Х., Аситашвили С.Г., Ревазов М.О. «Использование подвижных игр на занятиях физической культуры в вузе», учебно–методическое пособие; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2019.
18. Кусова А.Р., Ростиашвили Е.Ю. «Организация занятий по физической культуре для студентов с избыточной массой тела», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2018.
19. Кусова А.Р., Шаталова А.А. «Организация занятий физической культурой по фитнес–программам, для обучающихся специального медицинского отделения», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2018.
20. Кусова А.Р., Ростиашвили Е.Ю. «Методы оценки и коррекции осанки», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2017.
21. Кусова А.А., Разуваева А.А. «Использование средств фитнеса в процессе физического воспитания», методическое пособие для студентов; Северо–Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2017.
22. Кусова А.Р., Разуваева А.А. «Ультрафиолетовое излучение и его применение с лечебно–профилактической целью. Искусственное ультрафиолетовое облучение», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
23. Кусова А.Р., Ростиашвили Е.Ю. «Оптимальный двигательный режим и рациональное питание людей различного возраста», учебно–методическое пособие для студентов; Северо–Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
24. Кусова А.Р., Ростиашвили Е.Ю. «Различные виды массажа», учебно–методическое пособие для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
25. Аситашвили С.Г., Андиев О.Х. «Бадминтон в системе физического воспитания в вузе», учебно–методическое пособие для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
26. Кусова А.Р., Разуваева А.А. «Релаксационная лечебно-профилактическая гимнастика», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
27. Кусова А.Р., Разуваева А.А. «Аутогенная тренировка», учебно-методическое пособие для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.

28. Ростиашвили Е.Ю. «Оздоровительная система Н.А.Семеновой», методические рекомендации для самостоятельной работы студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
29. Аситашвили С.Г., Андиев О.Х. «Дыхательная гимнастика «Боди-флекс», методические рекомендации для самостоятельной работы студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
30. Андиев О.Х., Аситашвили С.Г. «Оздоровительная система «Детка» П.К. Иванова», методические рекомендации для самостоятельной работы студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
31. Кусова А.Р., Разуваева А.А. «Методика проведения и составления комплекса утренней гигиенической гимнастики», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
32. Ростиашвили Е.Ю., Аситашвили С.Г. «Парадоксальная гимнастика А.Н. Стрельниковой», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
33. Ростиашвили Е.Ю., Аситашвили С.Г. «Определение физической работоспособности», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
34. Кусова А.Р., Разуваева А.А. «Малые формы физической культуры», учебно-методическое пособие для самостоятельной работы студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
35. Аситашвили С.Г., Андиев О.Х. «Дыхательная гимнастика по «Хатха-йоге», учебно-методическое пособие для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
36. Кусова А.Р., Разуваева А.А. «Оценка физического состояния», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
37. Разуваева А.А., Аситашвили С.Г. «Оздоровительная двигательная система А.А. Микулина», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
38. Ростиашвили Е.Ю., Андиев О.Х. «Оздоровительная двигательная система Н.М. Амосова», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
39. Андиев О.Х., Ростиашвили Е.Ю. «Оздоровительная система С. Кнейпа», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
40. Ростиашвили Е.Ю., Андиев О.Х. «Составление программы профессионально-прикладной физической культуры врача», методические рекомендации для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
41. Ростиашвили Е.Ю., Аситашвили С.Г., Андиев О.Х. «Методика преподавания спортивных игр в медицинских ВУЗах», методическое пособие для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.
42. Ростиашвили Е.Ю., Аситашвили С.Г., Андиев О.Х. Теоретический курс к методико-практическим занятиям по дисциплинам «Физическая культура» и «Элективные курсы по физической культуре», учебно-методическое пособие для студентов; Северо-Осетинская государственная медицинская академия: Владикавказ, 2016.