

Уважаемые читатели!

Наша библиотека предоставляем всем своим читателям бесплатный доступ к электронно-библиотечной системе «Znanium.com», где представлены свыше 30 тысяч наименований учебной, научной, художественной и другой литературы в электронном варианте.

Для получения доступа Вам нужно пройти регистрацию на сайте и отправить заявку на получение ключа доступа библиотекарю. Инструкция размещена как на самом сайте Znanium.com так и на сайте нашего колледжа. По вопросам Вы всегда можете обратиться в библиотеку колледжа.

znanium.com
электронно-библиотечная система

Представляем вашему вниманию книги из ЭБС по теме

«Здоровый образ жизни!»

Ничто так не истощает и не разрушает человеческий организм, как физическое бездействие.

Аристотель

Все успехи начинаются с
самодисциплины
Всё начинается с **тебя**





Здоровый образ жизни: Учебное пособие / Пискунов В.А., Максиняева М.Р., Тупицына Л.П. - Москва :МПГУ, 2012. - 86 с.: ISBN 978-5-7042-2355-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/757954> . – Режим доступа: по подписке.



Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1077328> . – Режим доступа: по подписке.



Хуббиев, Ш. З. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: Учебное пособие / Хуббиев Ш.З., Лукина С. - СПб:СПбГУ, 2018. - 272 с. ISBN 978-5-288-05785-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1000483>. – Режим доступа: по подписке.



Каргин, Н. Н. Теоретические основы здоровья человека и его формирования средствами физической культуры и спорта : учебное пособие / Н.Н. Каргин, Ю.А. Лаамарти. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 243 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/1070927. - ISBN 978-5-16-015939-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1070927> . – Режим доступа: по подписке.



Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие для обучающихся по укрупненным группам направлений: 43.00.00 «Сервис и туризм», 48.00.00 «Гуманитарные науки», 50.00.00 «Искусство и культура», 51.00.00 «Культуроведение и социокультурные проекты», 52.00.00 «Сценические искусства и литературное творчество», 53.00.00 «Музыкальное искусство», 54.00.00 «Изобразительное и прикладные виды искусств», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9 . - Текст : электронный. - URL: <https://> . – Режим доступа: по подписке.



Каткова, А.М. Физическая культура и спорт : учебное наглядное пособие / А.М. Каткова, А.И. Храмцова. - М. : МПГУ, 2018. - 64 с. - ISBN 978-5-4263-0617-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1020559> . – Режим доступа: по подписке.



Ле-ван, Т. Н. Здоровье ребенка в современной информационной среде: Учебно-методическое пособие/Ле-ван Т.Н. - Москва : Форум, НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 224 с. (Высшее образование) (Обложка. КБС)ISBN 978-5-00091-040-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/501273> . – Режим доступа: по подписке.



Здоровье студентов: социологический анализ: Монография / Отв. ред. И.В. Журавлева. - Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 272 с. (Научная мысль; Социология). ISBN 978-5-16-009142-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/425620> . – Режим доступа: по подписке.



Физиологические основы здоровья : учебное пособие / Н.П. Абаскалова, Р.И. Айзман, Е.Н. Боровец [и др.] ; отв. ред. Р.И. Айзман. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 351 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс]. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-015639-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1044220> . – Режим доступа: по подписке.



Иванков, Ч. Т. Теория, методика и практика национальных единоборств в системе физической культуры : учебно-методическое пособие / Ч.Т. Иванков [и др.] ; под науч. ред. Ф. А. Керимова. - 2018. - 136 с. - ISBN 978-5-4263-0576-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1020524> . – Режим доступа: по подписке.



Хуббиев, Ш. З. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: Учебное пособие / Хуббиев Ш.З., Лукина С. - СПб:СПбГУ, 2018. - 272 с. ISBN 978-5-288-05785-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1000483> (дата обращения: 02.11.2020). – Режим доступа: по подписке.



Матущак, П. Ф. Вольная борьба : учеб. пособие / П. Ф. Матущак. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 292 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-014085-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1077768> (дата обращения: 02.11.2020). – Режим доступа: по подписке.



Чертов, Н. В. Теория и методика плавания: учебник / Чертов Н.В. - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2011. - 452 с. ISBN 978-5-9275-0929-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/551003> (дата обращения: 02.11.2020). – Режим доступа: по подписке.



Матущак, П. Ф. 100 уроков вольной борьбы / П.Ф. Матущак. - Москва : ИНФРА-М, 2011. - 292 с. ISBN 978-5-16-004421-7. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/206099> (дата обращения: 02.11.2020). – Режим доступа: по подписке.



***Единственная красота, которую я знаю, — это
здоровье.***

Генрих Гейне

