



Абдулина, Анна Сергеевна. Жизнь без лекарств / Анна Сергеевна Абдулина. – 4-е изд. – Москва : Физкультура и спорт, 1986. – 80 с. : ил. - Текст : непосредственный.

Агаджанян, Николай Александрович. Резервы нашего организма / Николай Александрович Агаджанян. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Знание, 1990. – 235 с. – Текст : непосредственный.

Андреев, Юрий Андреевич. Три кита здоровья / Юрий Андреевич Андреев. – 6 - е изд., испр. и доп. – Нижний Новгород : ДЕКОМ, 1994. – 384 с. - Текст : непосредственный.

Буланова, Э. В. Способ формирования у учащихся мотивации к здоровому образу жизни / Э. В. Буланова, Д. П. Викторова, Л. А. Коршунова. – Текст : непосредственный // Методология формирования здорового образа жизни : медико-педагогические аспекты : материалы региональной научно-методической конференции, Тверь, 16 февр. 2012 г. / Тверская гос. мед. акад. ; ред. М. Н. Калинин, И. И. Макарова. – Тверь : Ред.-изд. центр Твер. гос. мед. акад., 2012. – С. 37-41.

Гоголан, Майя. Можно не болеть / Майя Гоголан. – Москва : Советский спорт, 2000. – 464 с. : ил. - Текст : непосредственный.

Головин, С. В. Социальные аспекты формирования здорового образа жизни / С. В. Головин. – Текст : электронный // Медико-биологические, социальные и педагогические аспекты формирования здорового образа жизни: новые взгляды и решения. – 2015. - № 2(2). – С. 23-29. - URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27398432> (дата обращения: 12.03.2020).

Дубровский, Владимир Иванович. Валеология. Здоровый образ жизни / Владимир Иванович Дубровский. – Москва : Флинта, 1999. – 560 с. : ил. - Текст : непосредственный.

Иванченко, Валерий Андреевич. Секреты вашей бодрости / Валерий Андреевич Иванченко. – Минск : Вышэйшая школа, 1991. – 251 с.: ил. - Текст : непосредственный.

Колбанов, В. В. Валеология. Основные понятия, термины и определения / В. В. Колбанов. – Изд. 2-е. – Санкт-Петербург : ДЕАН, 2000. – 255 с. - Текст : непосредственный.

Круглый, Моисей Маркович. Еще раз об Аполлоне. Умеете ли вы отдыхать? / Моисей Маркович Круглый, Светлана Борисовна Лежнева. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 77 с. - Текст : непосредственный.

Лещинский, Лев Александрович. Берегите здоровье! (о режиме здоровой жизни) / Лев Александрович Лещинский. – Москва : Медицина, 1985. – 62 с.: ил. – Текст : непосредственный.

Руководство по диспансеризации взрослого населения / ред. Н. Ф. Герасименко, В. М. Чернышев. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. – 660 с.: табл. – Текст : непосредственный.

Физическая культура как элемент здорового образа жизни и профессиональной подготовки студентов-медиков / В. Г. Осипов, А. Ф. Бармин, Э. В. Буланова, А. Г. Прудникова. - Текст : непосредственный // Методология формирования здорового образа жизни: медико-педагогические аспекты : материалы региональной научно-методической конференции, Тверь, 16 февр. 2012 г. / Тверская гос. мед. акад. ; ред. М. Н. Калинин, И. И. Макарова. – Тверь : Ред.-изд. центр Твер. гос. мед. акад., 2012. – С. 115-119.

Эшкинд, Михаил Максимович. О красоте без прикрас или как следить за собой / Михаил Максимович Эшкинд. – Москва : Экономика, 1992. – 64 с. – Текст : непосредственный.

ДВИЖЕНИЕ – ЭТО ЖИЗНЬ

Буланова, Э. В. Профилактика и коррекция структурно-функциональных нарушений в шейном отделе позвоночника / Э. В. Буланова, В. Г. Осипов. – Текст : непосредственный // Медико-социальные аспекты профилактики заболеваний и формирования здорового образа жизни : материалы межрегиональной научно-практической конференции с международным участием, Тверь, 22 нояб. 2010 г. / Тверская гос. мед. акад. ; ред. М. Н. Калинин, И. И. Макарова, В. М. Мирзоева, А. А. Кузнецова, Н. Д. Михайлова, Р. А. Ткачева, А. В. Аксёнова. – Тверь : Ред.-изд. центр Твер. гос. мед. акад., 2010. – С. 61-64.

Воячкова, Голена. Движение - залог здоровья и красоты женщин / Голена Воячкова ; пер. с чеш. - 2-е изд. – Москва : Физкультура и спорт, 1965. – 216 с.: ил. - Текст : непосредственный.

Динейка, Каролис Винцевич. Движение, дыхание, психофизическая тренировка / Каролис Винцевич Динейка. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1986. – 63 с. - Текст : непосредственный.

Захарова, Н. А. Двигательная активность – базовая основа здорового образа жизни / Н. А. Захарова. – Текст : электронный // Медико-биологические, социальные и педагогические аспекты формирования здорового образа жизни: новые взгляды и решения. – 2015. - № 2(2).

– С. 30-33. - URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27398432> (дата обращения: 12.03.2020).

Журавлев, Евгений Пасикратович. Секреты здоровья : ежедневные физические упражнения для пожилых людей / Евгений Пасикратович Журавлев. – Москва : Физкультура и спорт, 1977. – 144 с. - Текст : непосредственный.

Кобяков, Ю. П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни : учебное пособие / Ю. П. Кобяков. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. – 253 с.: табл., рис. - Текст : непосредственный.

Корхин, Михаил Аронович. Лечебная физкультура в домашних условиях / Михаил Аронович Корхин, Илья Моисеевич Рабинович. – Санкт-Петербург : Лениздат, 1990. – 141 с.: ил. - Текст : непосредственный.

Курамшин, Ю. Ф. Физическая культура и спорт-важнейшие фактор сохранения здоровья нации и социально-экономического развития страны. – Текст : электронный // Актуальные проблемы здоровья и физической культуры. – 2014. - № 1. – С. 68-73. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=24174037> (дата обращения: 12.03.2020).

Методическое пособие для самостоятельных занятий утренней гигиенической гимнастикой / Тверская гос. мед. акад. ; сост. В. Г. Осипов. – Тверь : [б. и.], 2011. – 60 с.: рис. - Текст : непосредственный.

Орешкин, Юрий Александрович. К здоровью через физкультуру / Юрий Александрович Орешкин. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Медицина, 1990. – 171 с.: ил. - Текст : непосредственный.

Осипов, В. Г. Комплексы упражнений для самостоятельных занятий утренней гигиенической гимнастикой : учебно-методическое пособие для студентов / В. Г. Осипов ; Тверской гос. мед. ун-т. – 1,07 Мб. – Тверь : [б. и.], 2020. – 53 с. - Текст : электронный.

Осипов, В. Г. Система физкультурно-оздоровительных занятий для детей, подростков и студенческой молодежи / В. Г. Осипов, Э. В. Буланова, А. Ф. Бармин. – Текст : непосредственный // Современные тенденции науки, практики и образования в педиатрии : материалы региональной учебно-методической и научной конференции, посвященной 25-летию педиатрического факультета ТГМА и 75-летию проф. А. Ф. Виноградова, Тверь, 31 окт. 2014 г. / Тверская гос. мед. акад. ; ред. Ю. С. Апенченко, Д. В. Алексеев, А. А. Седова, А. Ф. Виноградов. – Тверь : Ред.-изд. центр Твер. гос. мед. акад., 2014. – С. 180-184.

Осипов, В. Г. Утренняя зарядка и производственная гимнастика : методические рекомендации для самостоятельных занятий студентов / В. Г. Осипов, А. Ф. Бармин ; Тверской гос. мед. ун-т. – 1,24 Мб. – Тверь : [б. и.], 2017. – 84 с. – Текст : электронный.

Осипов, В. Г. Физическая культура для девочек и девушек : профилактическая, оздоровительная, корригирующая : учебное пособие / В. Г. Осипов, Э. В. Буланова ; Тверская гос. мед. акад. – Тверь : Ред.-изд. центр Твер. гос. мед. акад., 2010. – 160 с.: рис., табл. - Текст : непосредственный.

Осипов, В. Г. Физические тренировки как фактор укрепления здоровья и профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы / В. Г. Осипов. – Текст : непосредственный // Губернские медицинские вести. – 2003. – № 1. - С. 86-89.

Пинегина, Ирина Васильевна. Пятиминутки бодрости / Ирина Васильевна Пинегина, Север Павлович Сидоров. – Москва : Физкультура и спорт, 1988. – 64 с.: ил. - Текст : непосредственный.

Полиевский, Сергей Александрович. Физкультура и закаливание в семье / Сергей Александрович Полиевский, Евгений Петрович Гук. – Москва : Медицина, 1984. – 80 с.: ил. - Текст : непосредственный.

Секреты гибкости. Полная амплитуда движений / ред. С. Антонова ; пер. с англ. – [Б. м.] : ТЕРРА, 1997. – 144 с.: ил. - Текст : непосредственный.

Управление физическим состоянием организма. Тренирующая терапия / Т. В. Хутиев, Ю. Г. Антомонов, А. Б. Котова, О. Г. Пустовойт. – Москва : Медицина, 1991. – 255 с.: ил. - Текст : непосредственный.

Физическая культура как элемент здорового образа жизни и профессиональной подготовки студентов-медиков / В. Г. Осипов, А. Ф. Бармин, Э. В. Буланова, А. Г. Прудникова. – Текст : непосредственный // Методология формирования здорового образа жизни : медико-педагогические аспекты : материалы региональной научно-методической конференции, Тверь, 16 февр. 2012 г. / Тверская гос. мед. акад. ; ред. М. Н. Калинин, И. И. Макарова. – Тверь : Ред.-изд. центр Твер. гос. мед. акад., 2012. – С. 115-119.

Физкультура для всей семьи / сост. Т. В. Козлова, Т. А. Рябухина. – Москва : Физкультура и спорт, 1988. – 463 с.: ил. – Текст : непосредственный.

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

Больман, Фридрих. Стройность без диеты. Легкий путь к желанной фигуре. Здоровое питание и похудание с удовольствием / Фридрих Больман. – Москва : Лик Пресс, 1999. – 160 с.: ил. - Текст : непосредственный.

Губаева, Л. Г. Рациональное питание – одно из составляющих здоровьесбережения в вузе / Л. Г. Губаева. – Текст : электронный // Современные технологии в образовании. – 2013. - № 13. – С. 45-49. - URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=24394501> (дата обращения: 10.03.20).

Гумовска, Ирена. Десять заповедей правильного питания / Ирена Гумовска. – Варшава : Ватра, [б. г.]. – 103 с. - Текст : непосредственный.

Гурвич, Михаил Меерович. Как быть здоровым, или Семь правил домашней диеты / Михаил Меерович Гурвич. – Москва : Панорама, 1991. – 57 с. - Текст : непосредственный.

Маевская, М. В. Еда как образ жизни / М. В. Маевская, Р. М. Маевский. – Текст : непосредственный // Российский журнал гастроэнтерологии, гепатологии, колопроктологии. – 2016. – № 5. – С. 104-115.

Михайлов, В. С. Культура питания и здоровье семьи / В. С. Михайлов, Л. А. Трушкина, Н. П. Могильный. – Москва : Профиздат, 1987. – 206 с.: ил. - Текст : непосредственный.

Основы рационального питания : учебное пособие / ред. М. М. Лапкин. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. – 302 с.: рис., табл. – Текст : непосредственный.

Петрухин, И. С. Здоровое питание - основа профилактики сердечно-сосудистых и других неинфекционных заболеваний / И. С. Петрухин, Т. И. Гурова. – Текст : непосредственный // Губернские медицинские вести. – 2001. - № 2. - С. 7-12.

Тихонова, Александра Яковлевна. Оздоровительные диеты / Александра Яковлевна Тихонова. – Харьков : Фолио ; Киев : Тамед ; Ростов на Дону : Феникс, 1998. – 382 с. - Текст : непосредственный.

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

Алексеева, Ю. А. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. Алкоголизм, наркомания, табакокурение, токсикомания. Основные характеристики и профилактика / Ю. А. Алексеева, А. Б. Барашкова. – Текст : непосредственный // Здоровая семья - счастливая семья / Тверская гос. мед. акад. ; ред. Д. В. Килейников, И. И. Макарова. – Тверь : Ред.-изд. центр Твер. гос. мед. акад., 2012. – С. 12-37.

Алкогольная болезнь. Поражение внутренних органов / ред. В. С. Моисеев. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2014. – 468 с.: табл. – Текст : непосредственный.

Будчанов, Ю. И. Если Вы курите - знайте о последствиях / Ю. И. Будчанов. – 2,6 Мб. – Тверь : [б. и.], [б. г.]. – 37 с. - Текст : электронный.

Гамбарян, М. Г. Курение табака и COVID-19: старый враг в новом облики. Обзор текущей научной литературы / М. Г. Гамбарян, О. М. Драпкина. – Текст : непосредственный // Кардиоваскулярная терапия и профилактика. – 2020. - № 3. – С. 331-338.

Драпкина, О. М. Курение, длина телемеров и сердечно-сосудистые заболевания / О. М. Драпкина, Р. Н. Шепель. – Текст : непосредственный // Кардиология. – 2015. – № 10. – С. 85-89.

Гузилов, Борис Михайлович. Что губит нас...: о проблемах алкоголизма, наркомании и табакокурения / Борис Михайлович Гузилов, Артак Александрович Мейроян. – Санкт-Петербург : Лениздат, 1990. – 205 с. - Текст : непосредственный.

