

ВИРТУАЛЬНАЯ КНИЖНАЯ ВЫСТАВКА

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ



Всемирный день здоровья

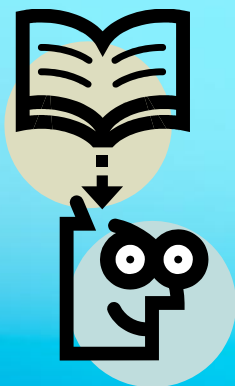
Сегодня отмечается Всемирный день здоровья. Дата праздника связана с тем, что 7 апреля 1948 года была образована Всемирная организация здравоохранения. За время, прошедшее с того исторического момента, членами ВОЗ стали 194 государства мира.

Всемирный день здоровья – это глобальная кампания, которая направлена на привлечение внимания каждого жителя нашей планеты к проблемам здоровья и здравоохранения, с целью проведения совместных действий для защиты здоровья и благополучия людей.



Предлагаю вашему вниманию подборку книг и учебно-методических пособий, которые расскажут об истории здравоохранения и спорта, о правильном питании, о здоровом образе жизни, о лечебной гимнастике, а также о том, как всегда оставаться молодым, красивым и здоровым!

Приятного прочтения!



«100 рассказов из истории медицины: величайшие открытия, подвиги и преступления во имя вашего здоровья и долголетия»

М. Шифрин

Перед вами история доказательной медицины XVI-XX вв., изложенная в форме кратких иллюстрированных рассказов. Вы узнаете о наиболее значимых операциях, положивших начало развитию основных направлений медицины; о том, как были открыты возбудители смертельных болезней, и о победе над ними; как разрабатывались методы лечения хронических заболеваний и острых состояний; как изобретали и совершенствовали медицинскую технику и жизненно важные лекарственные препараты. Книга будет интересна всем, кто интересуется историей медицины.



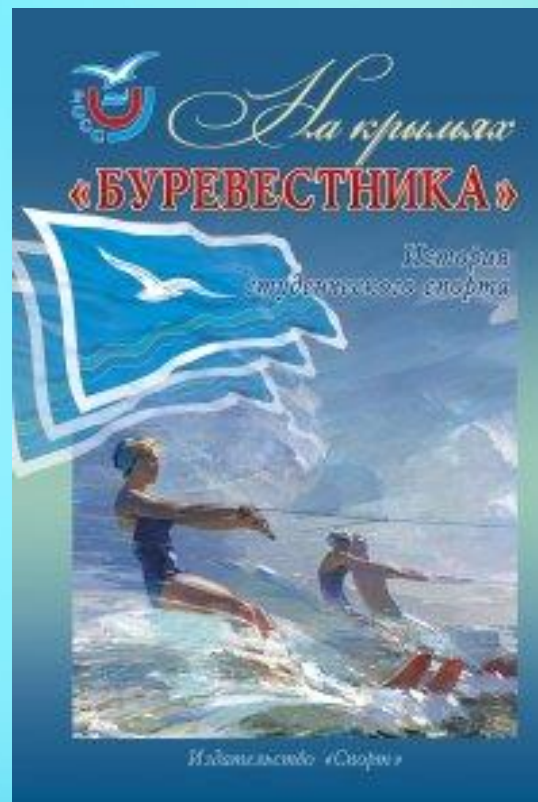
«Функциональная тренировка. Спорт, фитнес. Учебно-методическое пособие» Б. Кафка и О. Йеневайн

Книга известных немецких специалистов - тренера по фитнесу Бьёрна Кафки и физиотерапевта Олафа Йеневайна рассказывает о ключевых упражнениях, поясняя их воздействие на разные группы мышц. В книгу включено описание 40 тренировок для начинающих, продвинутых и профессионалов.



«На крыльях «Буревестника». История студенческого спорта» Линдер В. И. и др.

В книге раскрываются страницы истории отечественного студенческого спорта, в первую очередь Всесоюзного добровольного спортивного общества «Буревестник» и его славного преемника - Российского студенческого спортивного союза. Представлена мини-энциклопедия «звёзд» студенческого спорта СССР и Российской Федерации. Книга предназначена для широкого круга читателей.



«Двигательная активность и здоровье. От лечебной гимнастики до паркура» Еремушкин М. А.

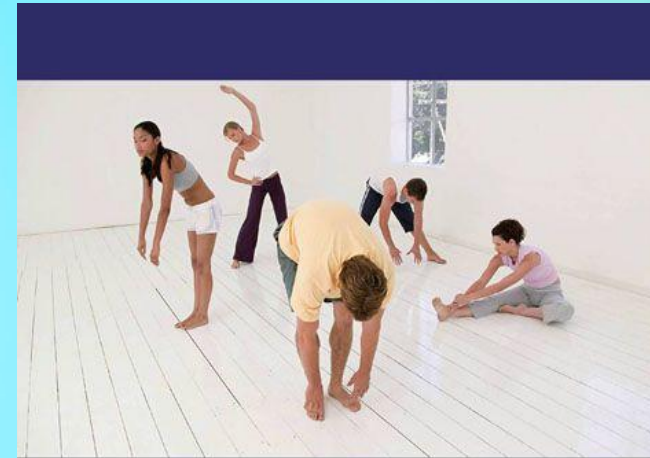
Автор с разных точек зрения рассматривает построение свободного движения, не ограниченного какими-либо внешними обстоятельствами и внутренними рамками условностей. Приводятся примеры базовых комплексов лечебной гимнастики, используемых на этапах лечения травм опорно-двигательного аппарата. Издание рассчитано на специалистов в области физической культуры и самый широкий круг читателей, интересующихся здоровым образом жизни.



«Лечебная физическая культура в образовательном процессе студентов»

Захарова А. Н.

Занятия ЛФК являются эффективным средством профилактики, лечения, реабилитации, а также поддержания уровня работоспособности людей с заболеваниями. Кроме того, физические упражнения являются необходимым элементом жизнедеятельности любого человека для нормально функционирования всех систем организма и предупреждения гиподинамии.



Анна Захарова
Елена Дьякова

**Лечебная физическая
культура в
образовательном
процессе студентов**

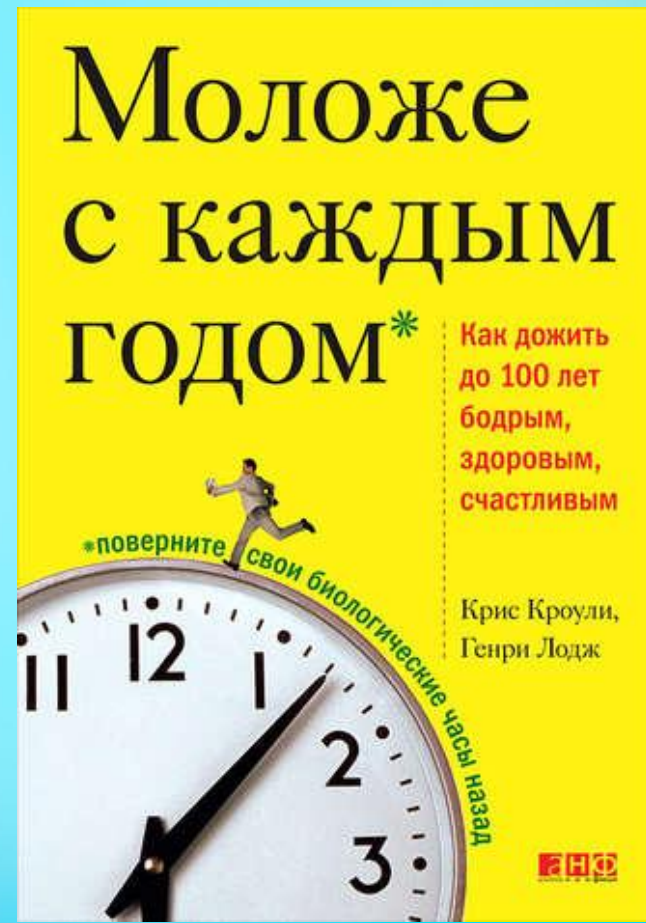
LAP LAMBERT
Academic Publishing

ozon.ru

«Моложе с каждым годом: Как дожить до 100 лет бодрым, здоровым и счастливым»

К. Кроули

Хотите выглядеть и чувствовать себя в 30, как в 20 лет, в 40 — как в 30, а в 70 — как в 50? Следуя простым и легким правилам, вы приведете в лучшую форму голову, тело и дух. Доктор Лодж доказывает, что и в 80 лет можно быть сильным, здоровым, активным и счастливым. Он рассказывает о многом — о старении, здоровье мужчины и женщины, аэробных и силовых нагрузках, питании и лишнем весе, о эмоциях и оптимизме. Всем своим рекомендациям доктор Лодж дает строго научное, но вместе с тем простое и понятное обоснование.



«Все секреты здорового питания» Базеко Н. В.

В книге подробно и увлекательно изложены современные представления о здоровом питании, правильном выборе продуктов, составлении повседневного рациона и значении пищи для сохранения здоровья и предупреждения болезней. Книга содержит большое количество оригинальных рисунков и занимательных тестов для самоконтроля.



**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**

2023 г.