

Министерство образования и науки Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Калмыцкий государственный университет»

Кафедра физической культуры

**КОНТРОЛЬ ЗА ФУНКЦИОНАЛЬНЫМ СОСТОЯНИЕМ ОРГАНИЗМА
ЛЮДЕЙ В ПРОЦЕССЕ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ**

*Методические указания по дисциплине «Физическая культура»
для студентов всех специальностей и направлений подготовки*

Элиста 2013

А

Составители: д-р пед. наук, проф. В.С. Якимович, канд. пед. наук, доц. В.Д. Бурлыков, канд. пед. наук, доц. С.Н. Прошкин

Контроль за функциональным состоянием организма людей в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом: Методические указания по дисциплине «Физическая культура» для студентов всех специальностей и направлений подготовки / Калм. ун-т; Сост.: В.С. Якимович, В.Д. Бурлыков, С.Н. Прошкин. – Элиста, 2013. – 24 с.

Методические указания содержат функциональные пробы для оценки состояния центральной нервной системы. Функциональные пробы и тесты дают возможность отслеживать изменения функционального состояния организма в зависимости от применяемых средств физического воспитания, позволяют контролировать адекватность физических нагрузок

Методические указания предназначены для студентов всех специальностей и направлений подготовки по дисциплине «Физическая культура».

Утверждено учебно-методической комиссии факультета педагогического образования и биологии КалмГУ.

Рецензент д-р биол. наук, проф. Н.Ц. Лиджиева

Подписано в печать 26.11.13. Формат 60х84/16.
Печать офсетная. Бумага тип. № 1. Усл. п. л. 1,39.
Тираж 2 экз. Заказ 2342.

Издательство Калмыцкого университета.
358000 Элиста, ул. Пушкина, 11