

ФГБОУ ВО Южно-Уральский государственный медицинский университет  
Минздрава России  
Кафедра медицинской реабилитации и спортивной медицины

«УТВЕРЖДАЮ»  
Зав.кафедрой  
\_\_\_\_\_  
А.Р. Сабирьянов  
«31» августа 2026 г.

**РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ**  
на программе ординатуры ФРМ «Средства оздоровления населения»  
3 год обучения

| Время              | Вид занятия (часы) | Наименование темы                                                                                                        | Гр | Преподаватели                    | Место проведения                                               |
|--------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 1                  | 2                  | 3                                                                                                                        | 4  | 5                                | 6                                                              |
| 17.10. суббота     |                    |                                                                                                                          |    |                                  |                                                                |
| 9.00-10.35         | Л-2                | Влияние физических упражнений на организм человека. Формирование адаптации к физическим нагрузкам.                       | 1  | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.  | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 10.45-11.30        | Л-2                | Понятие о факторах риска НИЗ и их влияние на организм человека.                                                          | 1  | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 11.35-13.15        | ПЗ-2               | Системы физических упражнений в комплексных программах оздоровления.                                                     | 1  | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 19.10. понедельник |                    |                                                                                                                          |    |                                  |                                                                |
| 9.00-12.20         | ПЗ-4               | Системы физических упражнений в комплексных программах оздоровления.                                                     | 1  | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 12.30-14.05        | ПЗ-2               | Многообразие оздоровительных систем, их механизм действия, особенности применения в комплексных программах оздоровления. | 1  | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 20.10. вторник     |                    |                                                                                                                          |    |                                  |                                                                |
| 9.00 -12.20        | ПЗ-4               | Многообразие оздоровительных систем,                                                                                     | 1  | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23,                        |

|                |      |                                                                                                                              |   |                                  |                                                                |
|----------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------|----------------------------------------------------------------|
|                |      | их механизм действия, особенности применения в комплексных программах оздоровления.                                          |   |                                  | корпус 3, 7 этаж, УК-1                                         |
| 12.30-14.05    | ПЗ-2 | Рациональное питание. Основы, принципы, меню рационального питания в программах оздоровления.                                | 1 | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 21.10. среда   |      |                                                                                                                              |   |                                  |                                                                |
| 9.00-10.35     | ПЗ-4 | Рациональное питание. Основы, принципы, меню рационального питания в программах оздоровления.                                | 1 | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 10.45-14.05    | ПЗ-2 | Диеты при наличии факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний, нарушений обмена веществ, заболеваний органов пищеварения. | 1 | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 22.10. четверг |      |                                                                                                                              |   |                                  |                                                                |
| 9.00-12.20     | ПЗ-4 | Диеты при наличии факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний, нарушений обмена веществ, заболеваний органов пищеварения. | 1 | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 12.30 – 14.05  | ПЗ-2 | Оздоровление средствами массажа. Механизм действия и особенности применения оздоровительного, точечного и самомассажа.       | 1 | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 23.10. пятница |      |                                                                                                                              |   |                                  |                                                                |
| 9.00-10.30     | ПЗ-3 | Оздоровление средствами массажа. Механизм действия и особенности применения оздоровительного, точечного и самомассажа.       | 1 | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 10.35-14.05    | ПЗ-3 | Оздоровительные методики в профилактике заболеваний позвоночника.                                                            | 1 | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |

| 24.10. суббота     |      |                                                                                                                               |   |                                  |                                                                |
|--------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 9.00-14.05         | ПЗ-2 | Оздоровительные методики в профилактике заболеваний позвоночника.                                                             | 1 | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 10.35-14.05        | ПЗ-4 | Дополнительные методики оздоровления. Механизм действия и особенности применения в комплексных программах оздоровления.       | 1 | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 26.10. понедельник |      |                                                                                                                               |   |                                  |                                                                |
| 9.00-14.05         | ПЗ-1 | Дополнительные методики оздоровления. Механизм действия и особенности применения в комплексных программах оздоровления.       | 1 | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |
| 10.35-14.05        | ПЗ-5 | Закаливание в комплексных программах оздоровления: механизм действия, многообразие факторов закаливания, правила закаливания. | 1 | Д.м.н., доцент<br>Селянина Г.А.. | г. Челябинск, ЧУЗ КБ, ул. Доватора, 23, корпус 3, 7 этаж, УК-1 |