МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ,

МОЛОДЕЖИ И СПОРТА УКРАИНЫ

ХАРЬКОВСКАЯ НАЦИОНАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ

ГОРОДСКОГО ХОЗЯЙСТВА

**Планирование нагрузки с учетом биоритмов**

Методические указания

(к выполнению практических и самостоятельных занятий

по дисциплинам

«Физическое воспитание, «Физическая культура»,

«Управление профессиональной работоспособностью»

для студентов всех специальностей Академии)

ХАРЬКОВ-ХНАГХ-2012

Методические указания (к выполнению практических и самостоятельных занятий

по дисциплинам «Физическое воспитание, «Физическая культура», «Управление профессиональной работоспособностью» Для студентов всех специальностей Академии)/ Хар. нац. акад. гор. хоз-ва; сост.: С. В. Поветкин. – Х.: ХНАГХ, 2012. – 63 с

Составитель: С. В. Поветкин

Рецензент: проф., к.т.н., зав. кафедры ФВИС ХНАМГ В. М. Клочко

Рекомендовано кафедрой физического воспитания и спорта

протокол № 3 21.10.2011 г.