

План самостійної роботи

Назва теми	Кількість годин: денна/ЗФН
Сфера рекреації у фізичній культурі та спорті.	10/10
Нормативно-правова база фізкультурно-оздоровчої діяльності.	10/10
Засоби фізичної рекреації.	10/10
Методи фізичної рекреації.	10/10
Методи визначення рухової активності.	16/20
Фізична рекреація та здоров'я населення.	10/20
Зміст рекреативно-оздоровчих форм занять.	20/20
Основи проведення рекреаційно-оздоровчих занять	10/10
Розвиток моторики і фізичної підготовленості людини.	10/10
Оздоровче тренування із застосуванням циклічних вправ	10/14
Програми самостійних оздоровчих занять із застосуванням циклічних вправ.	10/10
Використання рекреаційних ігор в оздоровчій діяльності.	10/10
Використання рекреаційних ігор в оздоровчій діяльності.	10/10
Організація оздоровчо-рекреаційних занять з різними групами населення.	10/10
Разом	156/174

Теми рефератів

1. Аналіз зарубіжних концепцій фізичної рекреації.
2. Фізична рекреація: основні проблеми і перспективи.
3. Рухова рекреація в системі знань про оздоровчу фізичну культуру.
4. Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення.
5. Перспективи розвитку окремих видів фізичної рекреації на Миколаївщині.
6. Українські народні ігри у рекреаційно-оздоровчій роботі.
7. Українські народні розваги та забави у рекреаційно-оздоровчій роботі.
8. Застосування спортивних ігор в рекреаційно-оздоровчих заняттях.