**Питання для повторення пройденого матеріалу: Лекція 4**

1. Який з наведених розділів повинен входити першим номером до структури фітнес-програми?
2. Який із наведених розділів повинен входити другим номером до структури фітнес-програми?
3. Який із наведених розділів повинен входити третім номером до структури фітнес-програми?
4. Який із наведених розділів повинен входити четвертим номером до структури фітнес-програми ?
5. Який із наведених розділів повинен входити п’ятим номером до структури фітнес-програми?
6. Що є основою стретчингу?
7. Що є невід’ємним компонентом фітнес-програм?
8. Які міжнародні фізкультурно-оздоровчі організації сприяють розвитку фітнесу?
9. Які з наведених факторів сприяють ефективній реалізації фітнес-програм?
10. Які науково-дослідницькі організації України розробляють сучасні фізкультурно-оздоровчі програми?