

Теми практичних занять

Тема 1. Організація самостійних занять з фізичного виховання.

Тема 2. Методи контролю і самоконтроль на заняттях з фізичного виховання.

Тема 3. Методи контролю функціональної підготовленості організму.

Тема 4. Методи контролю функціональної підготовленості організму.

Тема 5. Методи і засоби відновлення організму після фізичних навантажень.

Тема 6. Засоби підготовки організму до занять з фізичного виховання, особиста гігієна.