УтверждАЮ

Руководитель секции теории

и практики физической культуры

……………………….. Н.И.Филимонова

«19» октября 2023 г

ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

для студентов 4 курса всех специальностей дневной формы получения образования

1. Средства физического воспитания.
2. Характеристика физкультурно-оздоровительной системы — аэробика.
3. Характеристика физкультурно-оздоровительной системы — ритмическая гимнастика.
4. Характеристика физкультурно-оздоровительной системы — шейпинг.
5. Характеристика физкультурно-оздоровительной системы — калланетика.
6. Характеристика физкультурно-оздоровительной системы — акваэробика.
7. Характеристика физкультурно-оздоровительной системы — дыхательная гимнастика.
8. Характеристика физкультурно-оздоровительной системы — степ- аэробика.
9. Характеристика физкультурно-оздоровительной системы — стретчинг.
10. Совершенствование фигуры посредством физических нагрузок.
11. Типы телосложения.
12. Пропорции тела.
13. Бодибилдинг.
14. Основы спортивного питания.
15. Допинг и его негативные последствия.
16. Сущность и содержание физической культуры.
17. Общекультурные и специфические функции физической культуры.
18. Спорт высших достижений.
19. Олимпизм и олимпийское движение.
20. Беларусь на Олимпийских играх.

(Форма проведения аттестации **—** устная)

Рассмотрены на заседании секции ТиПФК: протокол № 7 от 19.10.2023

Составитель:

старший преподаватель секции ТиПФК

А.И.Самусик