

Контрольная работа

По дисциплине: Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки (Новые виды)

1. Место новых видов физкультурно- спортивных занятий в структуре профессиональной подготовки специалиста.
2. Армспорт. Правила соревнований.
3. Армспорт. Организация и проведение соревнований.
4. Ритмическая гимнастика. Техника выполнения упражнений.
5. Аэробика Техника выполнения упражнений.
6. Стретчинг. Техника выполнения упражнений.
7. Шейпинг. Техника выполнения упражнений.
8. Калланетика .Техника выполнения упражнений.
9. Атлетическая гимнастика. Техника выполнения упражнений.
- 10.Степ аэробика .Техника выполнения упражнений.
11. Новые направления оздоровительной физической культуры.
12. Аквааэробика .Техника выполнения упражнений
13. Байлотерапия Техника выполнения упражнений
14. Бодишейпинг Техника выполнения упражнений
15. Бодибилдинг Техника выполнения упражнений