

**Темы домашней контрольной работы для обучающихся заочного
отделения (1-й курс)
2023-2024 учебный год**

Тема 1. Основы здорового образа жизни

Содержание

1. Определение понятия «здоровый образ жизни»
2. Основные компоненты здорового образа жизни
3. Влияние физических упражнений на здоровье человека
4. Способы организации здорового образа жизни у детей дошкольного возраста

Рекомендуемые источники информации

1. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура.-М., 2007 (учебник для учащихся 10-11 классов).
2. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. – М., 2002 (учебное пособие для выпускных классов).
3. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура. – М., 2007 (учебное пособие для студентов средних профессиональных учебных заведений).
4. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование – М., 2006 (учебное пособие).
5. Деметр Г.С. очерки по истории отечественной физической культуры и олимпийского движения. – М., 2006.
6. Баль Л.В. Педагогу о здоровом образе жизни детей. Книга для учителя. – М., 2005.
7. Интернет-источники.

Тема 2. Роль физической культуры в формировании личности человека

Содержание

1. Определение понятия «физическая культура»
2. Физическая культура личности
3. Основные виды физической культуры
4. Значение физической культуры в духовно-нравственном воспитании человека

Рекомендуемые источники информации

1. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура.-М., 2007 (учебник для учащихся 10-11 классов).
2. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. – М., 2002 (учебное пособие для выпускных классов).
3. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура. – М., 2007 (учебное пособие для студентов средних профессиональных учебных заведений).
4. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование – М., 2006 (учебное пособие).
5. Деметр Г.С. очерки по истории отечественной физической культуры и олимпийского движения. – М., 2006.
6. Баль Л.В. Педагогу о здоровом образе жизни детей. Книга для учителя. – М., 2005.
7. Интернет-источники.

Тема 3. История развития физической культуры

Содержание

1. Физическая культура античного мира
2. Сущность международного олимпийского движения
3. Олимпийские игры древности и современности
4. Особенности становления и развития физической культуры в России. Российский олимпийский комитет

Рекомендуемые источники информации

1. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура.-М., 2007 (учебник для учащихся 10-11 классов).
2. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. – М., 2002 (учебное пособие для выпускных классов).
3. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура. – М., 2007 (учебное пособие для студентов средних профессиональных учебных заведений).
4. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование – М., 2006 (учебное пособие).
5. Деметр Г.С. очерки по истории отечественной физической культуры и олимпийского движения. – М., 2006.
6. Баль Л.В. Педагогу о здоровом образе жизни детей. Книга для учителя. – М., 2005.
7. Интернет-источники.