**КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА (для заочной формы обучения)**

Примерные темы:

1. Характеристика креативных телесно-ориентированных практик для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Показания, противопоказания. Регулирование нагрузки. Условия организации и проведения занятий атлетической гимнастикой с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
2. Ритмическая гимнастика.
3. Базовая аэробика, степ, фитбол-аэробика.
4. Оздоровительная аэробика для инвалидов-колясочников.
5. Модерн-гимнастика.
6. Женская гимнастика.
7. Танцы на инвалидных колясках: индивидуальный танец; парный танец; танец группы.
8. Художественная гимнастика на инвалидных колясках: упражнения с лентой, мячом, обручем.
9. Нетрадиционные виды телесно-ориентированных практик.
10. Роль здоровья и физической подготовленности для инвалида в процессе освоения общечеловеческих культурных ценностей.
11. Адаптивная физическая культура как путь «борьбы» с вынужденной малоподвижностью и мобильностью инвалидов.
12. Основные негативные последствия вынужденной гиподинамии и гипокинезии.
13. Роль и место адаптивной двигательной рекреации в системе адаптивной физической культура. Цель адаптивной двигательной рекреации.
14. Регулирование физических и психических нагрузок в процессе занятий адаптивной двигательной рекреации с различным контингентом населения с ограниченными возможностями.
15. Факторы, затрудняющие внедрение адаптивной двигательной рекреации в быт и сознание человека с ограниченными возможностями.