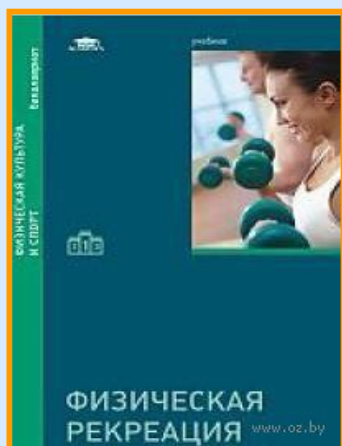


НОВЫЕ КНИГИ



декабрь, 2016

ПО ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ



Физическая рекреация: учебник / ред.: Г. П. Виноградов, Е. А. Ивченко. - М.: Издательский центр Академия, 2015. - 240 с. - (Бакалавриат).

Рассмотрены теоретические основы физической рекреации, ее функциональное назначение как вида физической культуры, рекреационные тренировки, формы физической рекреации, физкультурно-оздоровительные технологии, в том числе оздоровительная гимнастика, оздоровительное плавание

и др.



Кабачков, В. А. Профилактика наркомании средствами физической культуры и спорта: учебное пособие для студентов учреждений высшего образования / В. А. Кабачков, В. А. Куренцов, Э.А Зюрин. - М.: Издательский центр Академия, 2015. - 224 с. - (Бакалавриат).

Рассмотрены проблемы детской и подростковой наркомании, факторы, способствующие формированию нарко- и токсикозависимости у несовершеннолетних.

Приведены методики, позволяющие выявить детей и подростков, предрасположенных к употреблению психоактивных веществ. Освещены средства, методы и педагогические приемы, способствующие формированию психофизической устойчивости и самоконтроля к зависимости от психоактивных веществ.



Ковшура, Е. О. Оздоровительная классическая гимнастика: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Е. О. Ковшура. - Ростов н/Д: Феникс, 2013. - 167 с.: ил. - (Высшее образование).

В учебном пособии раскрываются основные задачи и принципы оздоровительной физической тренировки, дается характеристика некоторым видам оздоровительной физической культуры. Представлены вопросы организации и методики проведения занятий оздоровительной классической аэробикой, подробно описаны составные части урока и приведены примерные комплексы силовой подготовки и упражнений на растягивание.

