

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	4
Глава 1. Научно-теоретические предпосылки использования унифицированных тренировочных комплексов оздоровительной направленности в процессе физического воспитания студентов специальных медицинских групп	6
1.1. Анализ особенностей проведения занятий по физическому воспитанию со студентами специальных медицинских групп	6
1.2. Анализ использования унифицированных тренировочных комплексов оздоровительной направленности во время занятий со студентами специальных медицинских групп	12
1.3. Анализ основных подходов к использованию унифицированных тренировочных комплексов	19
Глава 2. Технология физического воспитания студентов специальных медицинских групп с использованием унифицированных тренировочных комплексов	27
2.1. Факторы, определяющие необходимость использования унифицированных тренировочных комплексов в ходе физического воспитания студентов специальных медицинских групп	27
2.2. Психолого-педагогические условия, необходимые для улучшения состояния здоровья студентов специальных медицинских групп в ходе применения унифицированных тренировочных комплексов	36
2.3. Обоснование технологии физического воспитания студентов специальных медицинских групп с использованием унифицированных тренировочных комплексов	43
Глава 3. Экспериментальная проверка эффективности разработанной технологии физического воспитания студентов специальных медицинских групп с использованием унифицированных тренировочных комплексов	52
3.1. Организация исследования	52
3.2. Организация педагогического эксперимента	53
3.3. Результаты педагогического эксперимента и их обсуждение	66
Заключение	75
Выводы	92
Практические рекомендации	95
Список литературы	96
Сведения об авторах	112
Приложения	117