

## **Stručno-pedagoški rad u rekreaciji**

### **Ispitna pitanja:**

1. Teorijske osnove rekreacije?
2. Zdravstveni aspekti rekreativnih aktivnosti?
3. Poznavanje karakteristika dece?
4. Istraživanja različitih efekata formi rekreativnog vežbanja na motorički status dece?
5. Koje veštine i osobine bi trebalo da ima pedagog u radu sa decom?
6. Programi rekreativnog vežbanja za odrasle osobe?
7. Karakteristični poslovi organizatora rekreacije u sportu?
8. Doziranje opterećenja i frekvencija srčanog rada?
9. Na osnovu čega se vrši doziranje i kontrola opterećenja u toku programa sportske rekreacije?
10. Spoljašnji pokazatelji opterećenja?
11. Unutrašnji pokazatelji opterećenja?
12. Kao opšta orijentacija za optimalno doziranje i kontrolu opterećenja u toku aerobnog vežbanja najčešće se koriste dve „formule“, koje su to formule?
13. Kako se može definisati programirano vežbanje?
14. Modeli sportske rekreacije mogli bi se svrstati u dve grupe, opiši obe grupe...?
15. Dijagnostikom antropološkog statusa istovremeno se ostvaruje i njen najvažniji zadatak, koji je to zadatak?
16. Kojim rekreativnim aktivnostima se najbolje ostvaruju aerobni efekti?
17. Šta je glavni cilj aerobnog vežbanja?
18. Kojim fiziološkim obeležijima se karakteriše aerobno vežbanje?
19. Kakvu mogućnost zdravstveno-preventivnog delovanja imaju programi sportske rekreacije?

