

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

I курс

1. Основы методики дыхательной гимнастики. Современные дыхательные методики.
2. Современное состояние физической культуры и спорта.
3. Понятие о физической реабилитации, средства и методы.
4. Определение понятия профессионально-прикладная физическая подготовка, цели и задачи.
5. Средства и методы реализации профессионально-прикладной физической подготовки.
6. Дефекты осанки, их профилактика. Корректирующие упражнения при дефектах осанки и сколиозах.
7. Закаливание - средство профилактики простудных заболеваний.
8. Развитие двигательных способностей
9. История Олимпийских игр как международного спортивного движения
10. Основы профессионально-прикладной физической подготовки будущего специалиста.
11. Физическая культура в профилактике сердечно-сосудистых заболеваний.
12. Физическая культура в профилактике опорно-двигательного аппарата.
13. Характеристика основных компонентов здорового образа жизни.
14. Средства физической культуры в повышении функциональных возможностей организма.
15. Физиологическая характеристика состояний организма при занятиях физическими упражнениями и спортом.
16. Средства и методы воспитания физических качеств.
17. Современные системы и технологии укрепления и сохранения здоровья.
18. Основы методики самостоятельных занятий и самоконтроль.
19. Определение значимых физических и личностных качеств.
20. Составление и проведение комплексов упражнений при решении профессионально-ориентированных задач.

ТЕМЫ ПРЕЗЕНТАЦИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

I курс

1. Влияние гиподинамии на состояние здоровья студента
2. Влияние физических упражнений на формирование опорно-двигательного аппарата (осанку).
3. Влияние физической культуры и спорта на здоровье студента
4. Гиподинамия - болезнь цивилизации.
5. Закаливание - эффективное средство укрепления здоровья человека.
6. Осанка и комплексы упражнений по профилактике ее нарушений.
7. Особенности применения физических упражнений при сколиозе.
8. Сколиоз - это поправимо! Как с ним бороться?
9. Физиолого-гигиенические факторы как условие сохранения и укрепления здоровья студентов.
10. Физкультура и спорт: общее и различие. Их влияние на здоровье человека.
11. Здоровый образ жизни и его значение в профессиональной деятельности
12. Физическая культура как средство профилактики заболеваний;
13. Оптимальный двигательный режим студента
14. Профилактика вредных привычек средствами физической культуры.
15. Роль двигательной активности в сохранении и укреплении здоровья.
16. Формирование культуры здоровья студентов СПО.
17. Роль физической культуры в сохранении психического здоровья студентов.
18. Физическая культура как фактор здорового образа жизни.
19. Компьютерная зависимость как проблема психического здоровья.
20. Двигательная рекреация и ее роль в организации здорового образа жизни современного человека.