

## **Темы рефератов на 2019-2020 учебный год**

1. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении.
2. Средства физической культуры.
3. Понятие о суставах, связках и сухожилиях. Представление об опорно-двигательном аппарате.
4. Представление о мышечной системе. Строение мышечной ткани.
5. Представление о дыхательной и пищеварительной системе.
6. Организация сна.
7. Организация режима питания.
8. Личная гигиена и закаливание.
9. Профилактика вредных привычек.
10. Понятие об утомлении при физической и умственной деятельности.
11. Гипокинезия и гиподинамия.
12. Последовательность обучения физическим упражнениям.
13. Зоны интенсивности нагрузок по частоте сердечных сокращений (ЧСС).
14. Формы занятий физическими упражнениями.
15. Построение и структура учебно-тренировочного занятия.
16. Общая и моторная плотность занятия.
17. Формы самостоятельных занятий.
18. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры.
19. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.
20. Средства и методы адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с людьми с ОВЗ.
21. Содержание и организация адаптивного физического воспитания людей с нарушениями слуха и зрения.
22. Содержание и организация адаптивного физического воспитания людей с нарушениями психического и интеллектуального развития.
23. Содержание и организация адаптивного физического воспитания людей с поражением опорно-двигательного аппарата.
24. Содержание и организация инклюзивного образования людей с нарушением в развитии.
25. Содержание и организация адаптивного физического воспитания людей с соматическими заболеваниями.