

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.