Сдать в бумажном носителе 8-9 ноября.

Темы рефератов.

1.    Олимпийские игры древней Греции в сравнении с современными олимпийскими играми.

2.    Олимпийские игры современности: пути развития.

3.    Значение физической культуры в развитии личности.

4.    Мой любимый вид спорта и его значение для моего развития.

5.    Физическая культура в моей семье.

6.    Современные виды спорта и спортивные увлечения учащихся моей школы.

7.    Адаптивная физическая культура и ее роль в жизни человека.

8.    Допинги в спорте и в жизни, их роль.

9.    История развития лыжного спорта (конькобежного спорта) 20 века в России и в мире.

10.Место физической культуры в общей культуре человека.

11.Культура здоровья как одна из составляющих образованности.

12.Пути и условия совершенствования личной физической культуры.

13.Влияние на здоровье (на выбор) солнечного света свежего воздуха, чистой воды, естественного питания, физических упражнений, отдыха, хорошей осанки, голодания, гигиенических факторов, закаливания и т. д.

14.Физическая культура и ее значение в формировании здорового образа жизни, повышения долголетия человека.

15.Профилактика заболеваний и укрепление здоровья средствами физической культуры и закаливания.

16.Современные виды двигательной активности.

17.Двигательная активность и здоровье человека.

18.Гиподинамия – болезнь неподвижного образа жизни.

19.Вредные привычки: профилактика и их предупреждение средствами физической культуры.

20.Планирование и контроль индивидуальных физических нагрузок в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.

21.Гигиенические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.

22.Опорно-двигательный аппарат и мышечная система, их роль в осуществлении двигательных актов.

23.Использование общеразвивающих и коррегирующих упражнений в решении задач физического развития и укрепления здоровья.

24.Возрастные особенности развития основных физических качеств (силы, быстроты и выносливости).

25.Профилактика травматизма и оказание доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

26.Личности в современном олимпийском движении