Тематика реферативных работ для студентов с "Ограниченными возможностями здоровья" по предмету «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

1. Роль лечебной физической культуры (ЛФК) в системе медицинской реабилитации.

2. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.

3. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

4. ЛФК при заболеваниях нервной системы.

5. ЛФК при черепно-мозговой травме.

6. ЛФК при заболеваниях мочеполовой системы.

7. ЛФК при заболеваниях эндокринной системы.

8. ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

9. ЛФК после перенесенных травм.

10. ЛФК при заболеваниях органов зрения.

11. ЛФК при ЛОР-заболеваниях.

12. ЛФК при заболеваниях желез внутренней секреции.

13. ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

14. Физическая культура и объемы нагрузок при аллергопатологии.

15. ЛФК при нарушениях осанки.

16. ЛФК в разные триместры беременности.

17. Роль физической культуры в укреплении и сохранении здоровья.

18. Основы методики регуляции эмоциональных состояний человека (аутогенная тренировка, психофизическая тренировка, медитация).

19. Основы методики самомассажа.

20. Нетрадиционные оздоровительные методики.

21. Традиционные и нетрадиционные методики дыхательной гимнастики.

22. Характеристика, содержание и направленность популярных частных методик оздоровительных видов гимнастики.

23. Обмен углеводов и минеральных веществ при физической нагрузке.

24. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека.

**Вопросы для студентов заочной формы обучения по предмету "Физическая культура"**

1. Физическая культура и её роль в обществе.
2. Гипокинезия и гиподинамия, их неблагоприятное влияние на организм.
3. Значимость физической культуры и спорта в подготовке студентов к профессиональной деятельности.
4. Признаки усталости и утомления, их причины и профилактика.
5. Физическое воспитание как часть физической культуры.
6. Понятие «здоровье». Критерии его оценки.
7. Средства физической культуры (физические упражнения, оздоровительные силы природы, гигиенические факторы).
8. Здоровый образ жизни и его составляющие. Оцените свое здоровье.
9. Что вы понимаете под тестированием физического развития и физической подготовленности студентов.
10. Раскройте понятие «осанка». Виды нарушения осанки. Специальные упражнения на формирование правильной осанки.
11. Уровни освоения двигательных действий.
12. Принципы физического воспитания студентов.
13. Физическое развитие (определение, характеристика).
14. Раскройте содержание понятия «физическая культура личности».
15. Основные принципы здоровья студентов.
16. Формы занятий физическими упражнениями (урочная, неурочная).
17. На какие группы делятся студенты по медицинским показателям для занятия физическими упражнениями.
18. Меры безопасности на занятиях физической культурой и профилактика травматизма.
19. Оптимальная двигательная активность. Её воздействие на здоровье и работоспособность.
20. Дневник самоконтроля занимающегося физической культурой и спортом. Для чего он нужен?
21. Методы определения физического развития и физической подготовленности студента.
22. Особенности самостоятельных занятий физической культурой.
23. Общефизическая подготовка, её цели и задачи.
24. Олимпийские игры современности (особенности, символика).
25. Профессионально-прикладная физическая подготовка, её цели и задачи.
26. Сущность, значение и принципы закаливания.
27. Раскройте понятие «Спорт». Виды спорта.
28. Методы диагностики функционального состояния организма.
29. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
30. Физические качества. Определения.
31. Классификация видов спорта.
32. Физическое качество сила. Определение, средства и методы развития.
33. Почему г. Казань считается спортивной столицей России?
34. Физическое качество выносливость. Определение, средства и методы развития.
35. Использование средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального утомления студентов.
36. Физическое качество ловкость. Определение, средства и методы развития.
37. Подготовка республики Татарстан к проведению Универсиады 2013 года.
38. Физическое качество быстрота. Определение, средства и методы развития.
39. Структура занятий физическими упражнениями.
40. Физическое качество гибкость. Определение, средства и методы развития.
41. Положение о проведении спортивных соревнований.
42. Участие спортсменов республики Татарстан на последних летних Олимпийских играх.
43. Основы обучения движениям.
44. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности (формы и содержание).
45. Характеристика, историческая справка летних и зимних Олимпийских игр.
46. Могут ли занятия физическими упражнениями или спортом отрицательно влиять на здоровье студентов.
47. Организм человека как биосистема.
48. Координационные способности человека. Средства их воспитания.
49. Древние Олимпийские игры. Содержание, историческая значимость для развития общества.
50. Самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.