

Завдання для самостійної роботи

Тема 1. ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Теми рефератів:

1. Біг – це здоров'я.
2. Значення бігу в житті людини.
3. Аналіз техніки і методики навчання з бігу на 100 м.
4. Рухова активність – як необхідний атрибут здорового способу життя.
5. Правила оздоровчого бігу.
6. Безпека під час занять фізичними вправами в легкій атлетики.
7. Місце і значення легкої атлетики у системі фізичного виховання.
8. Правила змагань з бігу і ходьби.
9. Правила змагань з стрибків.
10. Місце і значення легкої атлетики у системі фізичного виховання
11. Класифікація і загальна характеристика легкоатлетичних вправ
12. вивчення техніки стрибка в довжину з розбігу.
13. Біг на короткій дистанції.
14. Особливості розвитку швидко-силових якостей.
15. Моральне виховання студентів у процесі фізичного виховання.
16. Методика організації та проведення занять легкої атлетики.
17. Методика вдосконалення швидкості рухових реакцій.
18. Фактори, що зумовлюють витривалість людини.

Тема 2. СПОРТИВНІ ІГРИ

Теми рефератів:

1. Рухові уміння і навички.
2. Рухливі ігри та естафети на заняттях з фізичного виховання.
3. Особливості розвитку швидко-силових якостей.
4. Моральне виховання студентів у процесі фізичного виховання.
5. Методика організації та проведення занять зі спортивних ігор.
6. Методика вдосконалення швидкості рухових реакцій.
7. Баскетбол. Історія виникнення та опис гри.
8. Волейбол. Історія виникнення та опис гри.
9. Футбол. Історія виникнення та опис гри.
10. Бадмінтон. Історія виникнення та опис гри.
11. Жінки у олімпійському футболі.
12. Жіночий футбол (волейбол, баскетбол, бадмінтон, настільний теніс).
13. Безпека під час занять спортивними іграми.
14. Рухові уміння і навички.
15. Рухливі ігри та естафети на заняттях з фізичного виховання.
16. Особливості розвитку швидко-силових якостей.

17. Моральне виховання студентів у процесі фізичного виховання.
18. Методика організації та проведення занять зі спортивних ігор.
19. Методика вдосконалення швидкості рухових реакцій.
20. Основи техніки і тактики гри у волейбол.
21. Основи техніки і тактики гри у баскетбол.