

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ
по физической культуре для специальностей
44.02.01 «Дошкольное образование» и
49.02.01 «Физическая культура»

1. Физическая культура и здоровый образ жизни.
2. Утренняя гимнастика в режиме дня.
3. Личная и общественная гигиена на занятиях по физической культуре.
4. Шейпинг в укреплении здоровья и формировании телосложения.
5. Пагубное воздействие на организм вредных привычек.
6. Движение – источник здоровья, энергии и успешной карьеры.
7. Предупреждение травматизма на занятиях физической культурой.
8. Контроль и самоконтроль на занятиях физической культурой и спортом.
9. Физическая культура и спорт как социальные феномены
10. Роль общеразвивающих упражнений в физической культуре.
11. Возрастные особенности организма.
12. Антропометрические данные человека, их значение для занятий спортом и физической культурой. Методы антропометрических измерений.
13. Влияние физических упражнений на организм человека и телосложение.
14. Тренажеры и их использование для развития физических качеств.
15. Двигательные навыки и их формирование средствами физической культуры.
16. Формы самостоятельных занятий физическими упражнениями.
17. Оздоровительная физическая культура и её влияние на организм.
18. Лечебная физическая культура. Комплексы физических упражнений направленных на устранение различных заболеваний.
19. Атлетическая гимнастика и её влияние на организм человека
20. Бег как средство укрепления здоровья.
21. Формирование двигательных умений и навыков.
22. Воспитание основных физических качеств человека.
23. Развитие выносливости во время занятий физической культурой и спортом.
24. История развития физической культуры в древнем мире.
25. Физическая культура в профилактике различных заболеваний человека.
26. История физической культуры и спорта в России.
27. Оздоровительная физическая культура и ее формы. Влияние оздоровительной физической культуры на организм.
28. История возникновения и развития волейбола.
29. Плавание – жизненно важный навык.
30. История возникновения и развития легкой атлетики в России.
31. Классификация и характеристика легкоатлетических упражнений.
32. Футбол. История возникновения. Правила игры.
33. Баскетбол. История возникновения и развития игры.
34. Настольный теннис. История возникновения и развития.
35. Лыжный спорт. Классические лыжные ходы

37. История возникновения Олимпийского движения в древней Греции.
38. Первые Олимпийские игры древнего периода.
39. История возрождения современного Олимпийского движения и его роль в международной мировой культуре.
40. История современного Олимпийского движения.
41. История возникновения и развития паралимпийских игр.
42. История Зимних Олимпийских игр.
43. Символика, ритуал и традиции Олимпийских игр.

Преподаватель Шуварикова Л.В.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ РЕФЕРАТОВ

Реферат является одной из форм учебной и научно — исследовательской работы студентов.

Цель написания реферата состоит в том, чтобы научить студентов связывать теорию с практикой, пользоваться литературой, статистическими данными, прививать умение популярно излагать сложные вопросы.

Работа студента над рефератом состоит из следующих этапов:

1. Выбор темы на основе предложенной тематики;
2. Подбор материала (посещение библиотеки, просмотр информационных программ, изучение научных работ, статистических данных, материалов периодической печати);
3. Подготовка и написание реферата;
4. Защита реферата на семинаре или конференции.

Реферат должен иметь следующую структуру:

- план;
- введение;
- изложение основного содержания темы;
- заключение;
- список используемой литературы.

Предварительный план реферата состоит обычно из трех — четырех вопросов, в процессе работы он уточняется и конкретизируется.

План — логическая основа реферата, от правильного его составления во многом зависит структура, содержание и логическая связь частей. План не следует излишне детализировать, в нем перечисляются основные, центральные вопросы темы в логической последовательности.

При работе над рефератом необходимо внимательно изучить соответствующую теме литературу.

Когда студент в достаточной степени накопил и изучил материал по соответствующей теме, он принимается за его систематизацию. Внимательно перечитывая свой конспект или записи на карточках, он располагает свой материал в той последовательности, которая представляется ему наиболее стройной и целесообразной. Одновременно студент фиксирует собственные мысли, которые он считает нужными изложить в тексте реферата.

Основному тексту в реферате предшествует введение. В нем необходимо показать значение, актуальность рассматриваемой проблемы, обоснованность причины выбора темы, кроме того, следует отметить, в каких произведениях известных авторов рассматривается изучаемая проблема, сформулировать основную задачу, которая ставится в реферате.

В основной части работы большое внимание необходимо уделить глубокому теоретическому освещению как темы в целом, так и отдельным ее вопросам, правильно связать теоретические положения с практикой, конкретным фактическим материалом. Изложение должно осуществляться в соответствии с составленным планом.

Реферат должен быть написан ясным языком, без повторений, сокращений, противоречий между отдельными положениями.

Большое значение имеет правильное оформление реферата. Страницы текста, включенные в реферат приложения, таблицы и распечатки должны соответствовать формату А4. Титульный лист должен содержать реквизиты: названия колледжа, по какой дисциплине написан реферат, тему, кто выполнил работу (фамилия, инициалы, номер группы) и кто проверил работу (фамилия, инициалы преподавателя). Реферат должен быть выполнен машинописным способом на одной стороне листа белой бумаги через полтора интервала, 14 шрифтом (допускается написание реферата от руки пастой синего или черного цвета).

Текст реферата следует печатать, соблюдая следующие размеры полей: левое - 30 мм, правое - 15 мм, верхнее и нижнее - 20 мм.

Все линии, буквы, цифры и знаки должны быть одинаково черными по всему реферату.

Заголовки разделов основной части следует располагать в середине строки без точки в конце и печатать прописными буквами, не подчеркивая.

Страницы реферата следует нумеровать арабскими цифрами, соблюдая сквозную нумерацию по всему тексту отчета. Номер страницы проставляют посередине листа в верхнем поле без точки в конце. Титульный лист включают в общую нумерацию страниц реферата. Номера страниц на титульном листе и в оглавлении не проставляют.

Приводимые в тексте цитаты из литературы, а также статистические данные должны быть снабжены соответствующими ссылками на источники, из которых они взяты, с указанием авторов, названия работы, тома, страницы. Объем реферата 10 — 15 листов.

В конце реферата приводится список использованной литературы, который составляется в следующей последовательности:

1. Официальные материалы, законы указы;
2. Остальные использованные в реферате источники в алфавитном порядке фамилии авторов;

Подготовленный реферат, как правило, защищается на семинарском занятии.