

Реферати для студентів 2 курсу - легка атлетика.

1. Методика застосування фізичних вправ на розвиток загальної працездатності.
2. Відмінність та загальні риси вправ на розвиток загальної працездатності та загальної витривалості.
3. Види витривалості та їх значення в результативності спортивних вправ.
4. Основа аеробного енергозабезпечення в методах підвищення спеціальної працездатності.
5. Основи анаеробного енергозабезпечення в методах підвищення спеціальної працездатності.
6. Значення методик застосування легкоатлетичних вправ в силових видах спорту.
7. Значення методик застосування легкоатлетичних вправ в ігрових видах спорту.
8. Значення методик застосування легкоатлетичних вправ в складно-координаційних видах спорту.
9. Методи послідовного застосування фізичних вправ на розвиток силових якостей легкоатлета.
10. Методи послідовного застосування фізичних вправ на розвиток швидкісно-силових вправ у легкої атлетиці.
11. Методи послідовного застосування фізичних вправ на розвиток швидкісних якостей у легкої атлетиці.
12. Значення принципів спортивного тренування в розвитку фізичних здібностей особистості.
13. Значення принципу послідовності в навчанні легкоатлетичним вправам.
14. Значення циклічності фізичних навантажень в розвитку легкоатлетичної якості «витривалість».
15. Основні відмінності в розвитку особистості в системі фізичної культури та фізичного виховання.
16. Спорт. Характеристика видів спорту і рухової активності.
17. Біоенергетика і біомеханіка рухової активності.
18. Адаптація до аеробних і силових навантажень.
19. Оцінювання стану здоров'я для рухової активності та занять спортом.
20. Оцінювання рівня фізичної підготовленості.
21. Самоконтроль за станом здоров'я і фізичної підготовленості під час рухової активності та занять спортом.
22. Визначення цілей тренувальних програм.
23. Методики аеробного тренування.
24. Методики стрейчингу.
25. Методики анаеробного тренування.
26. Методики силового тренування.
27. Методи відновлення працездатності.
28. Функціональна активність людини. Поняття працездатності людини.
29. Фізіологічна характеристика втоми і відновлення. Види стомлення і відновлення.
30. Загальна і спеціальна фізична підготовка, їх цілі та завдання.
31. Форми самостійних занять. Зміст самостійних занять.
32. Функціональні проби в стані спокою. Функціональні проби і тести з фізичним навантаженням.
33. Види і зміст педагогічного контролю. Самоконтроль, його зміст. Щоденник самоконтролю.

Теми рефератів для студентів 2 курсу – теніс.

1. Характеристика та обладнання тенісного корту. Інвентар для гри в теніс.
2. Зірки світового чоловічого тенісу 70-х років. Біографія та кар'єра.
3. Техніка пересування по корту. Особливості опорного та безопорного удару.
4. Зірки світового жіночого тенісу 70-80-х років.
5. Відмінності у тактиці одиночної та парної гри в тенісі.
6. Вімблдонський тенісний турнір. Історія, традиції та рекорди Вімблдону.
7. Основні елементи розминки та тренування у тенісі.
8. Спільні риси та відмінності у виконання одnorучного та дворучного бекхернівд.
9. Відкритий чемпіонат Франції. Історія, традиції та рекорди.
10. Зірки світового чоловічого тенісу 80-90-х років. Біографія, стиль гри та кар'єра.
11. Зірки світового жіночого тенісу 1990-2000-х років. Біографія, стиль гри та кар'єра.
12. Відкритий чемпіонат США. Історія, традиції та рекорди турніру.
13. Техніка ударів з відскоку в тенісі. Кручені, пласкі та різані удари.
14. Історія та досягнення українського тенісу.
15. Відкритий чемпіонат Австралії.
16. Спорт. Характеристика видів спорту і рухової активності.
17. Біоенергетика і біомеханіка рухової активності.
18. Адаптація до аеробних і силових навантажень.
19. Оцінювання стану здоров'я для рухової активності та занять спортом.
20. Оцінювання рівня фізичної підготовленості.
21. Самоконтроль за станом здоров'я і фізичної підготовленості під час рухової активності та занять спортом.
22. Визначення цілей тренувальних програм.
23. Методики аеробного тренування.
24. Методики стрейчингу.
25. Методики анаеробного тренування.
26. Методики силового тренування.
27. Методи відновлення працездатності.
28. Функціональна активність людини. Поняття працездатності людини.
29. Фізіологічна характеристика втоми і відновлення. Види стомлення і відновлення.
30. Загальна і спеціальна фізична підготовка, їх цілі та завдання.
31. Форми самостійних занять. Зміст самостійних занять.
32. Функціональні проби в стані спокою. Функціональні проби і тести з фізичним навантаженням.
33. Види і зміст педагогічного контролю. Самоконтроль, його зміст. Щоденник самоконтролю.

Теми рефератів для 2 курсу – волейбол.

1. Сучасні види волейболу: різновиди спортивної гри та рекреаційні види волейболу.
2. Використання інвентарю та обладнання в волейболі. Організація та проведення змагань з волейболу.

3. Тенденції розвитку волейболу у ХХ-ХХІ століттях. Видатні світові та українські волейболісти.
4. Вимоги до змісту та методики проведення підготовчої частини занять руховою активністю. Методи і засоби організації підготовчої частини під час занять волейболом.
5. Вимоги до змісту та методики проведення основної частини занять руховою активністю. Методи і засоби організації основної частини під час занять волейболом.
6. Вимоги до змісту та методики проведення заключної частини занять руховою активністю. Види та характеристика відновлювальних заходів.
7. Класифікація, характеристика та види технічних прийомів волейболістів.
8. Технічні прийоми в волейболі: основи навчання техніці нападаючого удару та техніці блоку.
9. Етапи, цілі та задачі психологічної підготовки спортсменів у волейболі.
10. Етапи, цілі та задачі інтегральної підготовки спортсменів у волейболі.
11. Основи методики розвитку силових якостей волейболістів.
12. Основи методики розвитку швидкості у волейболістів.
13. Основи методики розвитку спеціальної витривалості волейболістів.
14. Основи методики розвитку гнучкості волейболістів.
15. Основи методики розвитку координаційних здібностей волейболістів.
16. Основи методики розвитку стрибучості волейболістів.
17. Методики аеробного тренування.
18. Методики стрейчингу.
19. Методики анаеробного тренування.
20. Методики силового тренування.
21. Методи відновлення працездатності.
22. Рухова активність осіб із захворюванням органів дихання.
23. Рухова активність осіб з порушенням опорно-рухового апарату.
24. Функціональна активність людини. Поняття працездатності людини.
25. Фізіологічна характеристика втоми і відновлення. Види стомлення і відновлення.
26. Загальна і спеціальна фізична підготовка, їх цілі та завдання.
27. Форми самостійних занять. Зміст самостійних занять.
28. Функціональні проби в стані спокою. Функціональні проби і тести з фізичним навантаженням.
29. Види і зміст педагогічного контролю. Самоконтроль, його зміст. Щоденник самоконтролю.
30. Основи навчання техніці нападаючого удару у волейболі.
31. Етапи, цілі та задачі інтегральної підготовки спортсменів у волейболі. Основи навчання техніці блоку у волейболі.
32. Основи методики розвитку силових якостей волейболістів.
33. Основи методики розвитку швидкості волейболістів.
34. Основи методики розвитку спеціальної витривалості волейболістів.
35. Основи методики розвитку гнучкості волейболістів.
36. Основи методики розвитку координаційних здібностей волейболістів.
37. Основи методики розвитку стрибучості волейболістів.

Теми рефератів для студентів 2 курсу – футбол.

1. Психологічна та теоретична підготовка футболістів.

2. Особливості методики навчання гри у футбол гравців різних вікових категорій.
3. Педагогічний контроль, що застосовується у футболі для оцінки рівня підготовки гравців.
4. Основи техніки гри у футбол.
5. Техніка гри воротаря.
6. Основи техніки. Положення про змагання з футболу.
7. Науково-методичне забезпечення підготовки футболістів.
8. Медико-біологічне забезпечення і відновлення організму футболістів.
9. Відновлювально-загартовуючі заходи в роботі з футболістами.
10. Особливості індивідуальної підготовки футболістів різних вікових категорій.
11. Техніко-тактичні командні дії під час захисту.
12. Техніко-тактичні командні дії під час нападу.
13. Профілактика травматизму під час проведення занять з фізичного виховання на відділенні футболу.
14. 15. Видатні постаті українського футболу.
15. Спорт. Характеристика видів спорту і рухової активності.
16. Біоенергетика і біомеханіка рухової активності.
17. Адаптація до аеробних і силових навантажень.
18. Оцінювання стану здоров'я для рухової активності та занять спортом.
19. Оцінювання рівня фізичної підготовленості.
20. Самоконтроль за станом здоров'я і фізичної підготовленості під час рухової активності та занять спортом.
21. Визначення цілей тренувальних програм.
22. Методики аеробного тренування.
23. Методики стрейчингу.
24. Методики анаеробного тренування.
25. Методики силового тренування.
26. Методи відновлення працездатності.
27. Функціональна активність людини. Поняття працездатності людини.
28. Фізіологічна характеристика втоми і відновлення. Види стомлення і відновлення.
29. Загальна і спеціальна фізична підготовка, їх цілі та завдання.
30. Форми самостійних занять. Зміст самостійних занять.
31. Функціональні проби в стані спокою. Функціональні проби і тести з фізичним навантаженням.
32. Види і зміст педагогічного контролю. Самоконтроль, його зміст. Щоденник самоконтролю.

Теми рефератів для студентів 2 курсу - настільний теніс.

1. Теоретичні знання з історії виникнення та розвитку настільного тенісу.
2. Еволюція і розробка правил настільного тенісу.
3. Еволюція і розвиток обладнання для гри в настільний теніс.
4. Види змагань з настільного тенісу.
5. Технічні дії гравців у настільному тенісі.
6. Методи навчання техніко-тактичним діям в парній грі в настільний теніс.
7. Аналіз основних прийомів техніки гри, методика їх навчання.
8. Методи навчання техніко-тактичним діям в особистій грі в настільний теніс.
9. Техніка виконання удару накат справа та зліва. Методичний аналіз.

10. Техніка виконання подачі «маятник» справа та зліва. Методичний аналіз.
11. Техніка виконання ударів накатом справа і зліва у три точки (вправо, середина, вліво) Методичний аналіз.
12. Техніка виконання подач «віяло» справа. Методичний аналіз.
13. Техніка виконання підрізок справа та зліва у комбінаційній грі «вісімка». Методичний аналіз.
14. Особливості техніко-тактичної підготовленості до гри настільний теніс.
15. Рекреаційна спрямованість настільного тенісу, як засіб популяризації гри.
16. Спорт. Характеристика видів спорту і рухової активності.
17. Біоенергетика і біомеханіка рухової активності.
18. Адаптація до аеробних і силових навантажень.
19. Оцінювання стану здоров'я для рухової активності та занять спортом.
20. Оцінювання рівня фізичної підготовленості.
21. Самоконтроль за станом здоров'я і фізичної підготовленості під час рухової активності та занять спортом.
22. Визначення цілей тренувальних програм.
23. Методики аеробного тренування.
24. Методики стрейчингу.
25. Методики анаеробного тренування.
26. Методики силового тренування.
27. Методи відновлення працездатності.
28. Функціональна активність людини. Поняття працездатності людини.
29. Фізіологічна характеристика втоми і відновлення. Види стомлення і відновлення.
30. Загальна і спеціальна фізична підготовка, їх цілі та завдання.
31. Форми самостійних занять. Зміст самостійних занять.
32. Функціональні проби в стані спокою. Функціональні проби і тести з фізичним навантаженням.
33. Види і зміст педагогічного контролю. Самоконтроль, його зміст. Щоденник самоконтролю.

Тематика рефератів для студентів 2 курсу – бадмінтон.

1. Історія виникнення і розвитку бадмінтону.
2. Коротка характеристика гри. Правила гри. Техніка безпеки під час занять.
3. Аналіз техніки виконання і методики навчання подачі.
4. Вдосконалення техніки ударів по волану.
5. Навчання індивідуальним тактичним діям гравця в нападі та захисті; відволікання суперника.
6. Техніка виконання і методика навчання виконання подачі.
7. Вдосконалення виконання технічних прийомів.
8. Техніка виконання і методика навчання обманним рухам.
9. Вдосконалення виконання технічних прийомів.
10. Методика навчання індивідуальним тактичним діям гравця в нападі: індивідуальні дії з воланом; раціональне застосування ударів, ведення, обманних рухів і їх поєднання.

11. Метод поступового навантаження, повторний метод, ігровий метод, метод завдань змагальний метод, метод рухових навантажень, ізометричний метод, коловий метод.
12. Аналіз розвитку гри в Україні і в світі за матеріали періодичних видань.
13. Еволюція тактичних систем гри.
14. Класифікація тактичних дій.
15. Методика навчання тактичним діям.
16. Комплекси вправ для навчання груповим тактичним діям.
17. Особливості процесу навчання у бадмінтоні.
18. Планування контроль і облік в спортивному тренуванні.
19. Особливості навчально-тренувального процесу.
20. Особливості психологічної підготовки до змагань.
21. Організація відновлювальних заходів в командах.
22. Сучасні методи та засоби тренування.
23. Навчальна документація для самостійного проведення занять з бадмінтону в різних вікових групах.
24. Комплекси вправ для розвитку рухових якостей гравця.
25. Спорт. Характеристика видів спорту і рухової активності.
26. Біоенергетика і біомеханіка рухової активності.
27. Адаптація до аеробних і силових навантажень.
28. Оцінювання стану здоров'я для рухової активності та занять спортом.
29. Оцінювання рівня фізичної підготовленості.
30. Самоконтроль за станом здоров'я і фізичної підготовленості під час рухової активності та занять спортом.
31. Визначення цілей тренувальних програм.
32. Методики аеробного тренування.
33. Методики стрейчингу.
34. Методики анаеробного тренування.
35. Методики силового тренування.
36. Методи відновлення працездатності.
37. Функціональна активність людини. Поняття працездатності людини.
38. Фізіологічна характеристика втоми і відновлення. Види стомлення і відновлення.
39. Загальна і спеціальна фізична підготовка, їх цілі та завдання.
40. Форми самостійних занять. Зміст самостійних занять.
41. Функціональні проби в стані спокою. Функціональні проби і тести з фізичним навантаженням.
42. Види і зміст педагогічного контролю. Самоконтроль, його зміст. Щоденник самоконтролю.

Теми рефератів для студентів 2 курс – баскетбол.

1. Принципи комплектації команд у баскетболі та у стрітболі. Амплуа гравців.
2. Тактика нападу (індивідуальні та групові дії 2-3 гравців). Командні дії гравців у нападі.
3. Тактика захисту (індивідуальні та групові дії 2-3 гравців). Командні дії гравців у захисті.
4. Тактика нападу (дії гравця з м'ячем та без м'яча). Групові та командні дії у нападі.

5. Тактика захисту (дії захисника проти гравця з м'ячем та без м'яча). Групові та командні дії у захисті
6. Рухливі ігри як засіб фізичної підготовки баскетболістів.
7. Класифікація та характеристика та види технічних прийомів баскетболістів.
8. Правила техніки безпеки на заняттях з фізичного виховання. Використання інвентарю та обладнання в баскетболі. Підготовка місця проведення змагань.
9. Контроль і самоконтроль за станом здоров'я та рівнем розвитку основних фізичних якостей під час занять з баскетболу.
10. Технічні прийоми в баскетболі: стійка баскетболіста, робота ніг; техніка виконання накривання м'яча під час кидка, техніка виконання кидка м'яча у кошик з середньої відстані.
11. Технічні прийоми в баскетболі: техніка виконання ловлі та передачі м'яча у русі, техніка виконання ведення м'яча у русі, техніка виконання вибивання м'яча при веденні.
12. Технічні прийоми в баскетболі: техніка виконання кидка м'яча у кошик після подвійного кроку, техніка виконання ловлі м'яча однією та двома руками, техніка виконання перехоплення та вибивання м'яча.
13. Профілактика травматизму та способи надання першої допомоги при травмах під час занять з баскетболу.
14. Вплив регулярних занять баскетболом на фізичний та духовний розвиток студентської молоді.
15. Культура поведінки та взаємодія баскетболістів в команді під час тренування та на змаганнях.
16. Баскетбол як засіб фізичного та психологічного відновлення студентів під час навчання.
17. Спорт. Характеристика видів спорту і рухової активності.
18. Біоенергетика і біомеханіка рухової активності.
19. Адаптація до аеробних і силових навантажень.
20. Оцінювання стану здоров'я для рухової активності та занять спортом.
21. Оцінювання рівня фізичної підготовленості.
22. Самоконтроль за станом здоров'я і фізичної підготовленості під час рухової активності та занять спортом.
23. Визначення цілей тренувальних програм.
24. Методики аеробного тренування.
25. Методики стрейчингу.
26. Методики анаеробного тренування.
27. Методики силового тренування.
28. Методи відновлення працездатності.
29. Функціональна активність людини. Поняття працездатності людини.
30. Фізіологічна характеристика втоми і відновлення. Види стомлення і відновлення.
31. Загальна і спеціальна фізична підготовка, їх цілі та завдання.
32. Форми самостійних занять. Зміст самостійних занять.
33. Функціональні проби в стані спокою. Функціональні проби і тести з фізичним навантаженням.
34. Види і зміст педагогічного контролю. Самоконтроль, його зміст. Щоденник самоконтролю.

Теми рефератів для студентів 2 курсу - аеробіка.

35. Спортивна аеробіка, як сучасний вид спорту для підтримки високого рівня фізичної й розумової працездатності.
36. Правила змагань зі спортивної аеробіки в Україні та світі.
37. Підвищення мотивації до занять з фізичного виховання засобами спортивної аеробіки, як складової якісної вищої освіти.
38. Аеробна гімнастика – складова сучасного виду спорту спортивна аеробіка.
39. Командна аеробіка – засіб відновлення психологічного стану студентів
40. Степ-аеробіка як засіб командної роботи студентів для досягнення спільної мети.
41. Аеро Денс командна програма спортивної аеробіки, рівень її розвитку в світі.
42. Використання спеціальних елементів спортивної аеробіки, як засіб підтримки належного фізичного стану здоров'я студентів.
43. Фанк аеробіка – програма відновлення працездатності студентів.
44. Планування самостійних занять для студентів .
45. Вплив музичного супроводу на емоційний стан студентів.
46. Застосування базових аеробних вправ як метод розвитку гнучкості, сили та загальної витривалості.
47. Оволодіння різноманітними стилями танцювальної культури Фанк аеробіки для розвитку координаційних здібностей.
48. Навички та вміння застосування контролю за станом серцево-судинної та дихальної систем, запобігання травматизму та перша медична допомога при травматизмі та поганому самопочутті.
49. Стренфлекс – змагальне тестування здібностей студентів та рівня фізичного стану.
50. Контроль за станом серцево-судинної та дихальної систем як засіб запобігання нещасних випадків під час занять з аеробіки.
51. Застосування базових аеробних вправ з гімнастичним м'ячем, гімнастичними палицями, ізотонічними кільцями як метод розвитку сили.
52. Застосування базових аеробних вправ з гімнастичним м'ячем, гімнастичними палицями, ізотонічними кільцями як метод розвитку силової витривалості.
53. Здоров'я – як державне завдання і особиста потреба людини.
54. Профілактика захворювань як біологічна і соціальна проблема
55. Медико – гігієнічні аспекти здорового способу життя.
56. Режимі праці і відпочинку, їх вплив на здоров'я.
57. Труд як невід'ємна складова існування, його позитивний і негативний вплив на здоров'я.
58. Гігієнічна культура і здоров'я.
59. Загартовування і здоров'я людини.
60. Сучасні проблеми харчування. Екологія харчування
61. Принципи правильного харчування.
62. Складові харчових продуктів і їх значення для організму.
63. Дієти і здоров'я людини.
64. Харчування під час фізичних навантажень.
65. Огляд і аналіз поширених систем оздоровлення.
66. Здоровий спосіб життя і його складові.
67. Профілактика шкідливих звичок.
68. Поняття про соціально-біологічні основи фізичної культури.

69. Організм людини як єдина саморегулююча система.
 70. Адаптація та стійкість організму людини до різних умов зовнішнього середовища.
 71. Вплив спадковості на фізичний розвиток і життєдіяльність людини.
 72. Культура здоров'я і боротьба зі шкідливими звичками.
 73. Відновлення розумової працездатності засобами фізичної рекреації.
 74. Фізіологія загартування, форми і методи загартування.
 75. Вплив виробничих факторів на здоров'я і життєдіяльність людини.
- Профілактика професійних захворювань.
76. Біологічні ритими і здоров'я людини, сон і здоров'я, запобігання стресам.
 77. Труд як невід'ємна складова існування його позитивний і негативний вплив на здоров'я.
 78. Аналіз поширених систем харчування.
 79. Діагностика здоров'я. огляд і аналіз поширених методик.
 80. Організм людини як біологічна система.
 81. Еталони здоров'я в історичному і сучасному вимірах.
 82. Фітнес і здоров'я.
 83. Сучасна концепція здоров'я і здорового способу життя.
 84. Вплив здорового способу життя на складові здоров'я.

Теми рефератів для студентів 2 курсу – плавання.

1. Вплив плавання на організм людини – серцево-судинну, дихальну, опорно-рухову, Кістково-м'язова, нервову, імунну системи.
2. Анатомія і фізіологія плавання.
3. Основи техніки плавання – статичне плавання, динамічне плавання.
4. На спині: історія виникнення та розвиток способу плавання; техніка плавання на спині та методика навчання.
5. Брас: історія виникнення та розвиток способу плавання; техніка плавання брасом та методика навчання.
6. Батерфляй: історія виникнення та розвиток способу плавання; техніка плавання батерфляєм та методика навчання.
7. Розвиток сили у плавців – основні напрямки, методика і засоби підготовки, тренувальний режим.
8. Розвиток швидкісних якостей у плавців – основні напрямки, методика і засоби підготовки, тренувальний режим.
9. Розвиток витривалості у плавців – основні напрямки, методика і засоби підготовки, тренувальний режим.
10. Засоби відновлення і стимуляції працездатності плавців.
11. Аквафітнес. Основні поняття, різновиди аквафітнесу. Характеристика засобів аквафітнесу. Структура і зміст занять аквафітнесу.
12. Аквафітнес. Характеристика засобів аквафітнесу. Підвищення рівня розвитку рухових якостей засобами аквафітнесу
13. Водне поло, стрибки у воду, підводне плавання: характеристика видів спорту та засобів, які використовуються при навчанні.
14. Водні фобії і нав'язливі страхи, пов'язані з водою. Засоби позбавлення від аквафобії.

15. Харчування плавців – особливості вживання білків, жирів, вуглеводів, вітамінів, мінеральних речовин перед заняттями та для відновлення після навантаження.
16. Спорт. Характеристика видів спорту і рухової активності.
17. Біоенергетика і біомеханіка рухової активності.
18. Адаптація до аеробних і силових навантажень.
19. Оцінювання стану здоров'я для рухової активності та занять спортом.
20. Оцінювання рівня фізичної підготовленості.
21. Самоконтроль за станом здоров'я і фізичної підготовленості під час рухової активності та занять спортом.
22. Визначення цілей тренувальних програм.
23. Методики аеробного тренування.
24. Методики стрейчингу.
25. Методики анаеробного тренування.
26. Методики силового тренування.
27. Методи відновлення працездатності.
28. Функціональна активність людини. Поняття працездатності людини.
29. Фізіологічна характеристика втоми і відновлення. Види стомлення і відновлення.
30. Загальна і спеціальна фізична підготовка, їх цілі та завдання.
31. Форми самостійних занять. Зміст самостійних занять.
32. Функціональні проби в стані спокою. Функціональні проби і тести з фізичним навантаженням.
33. Види і зміст педагогічного контролю. Самоконтроль, його зміст. Щоденник самоконтролю.

Теми рефератів для студентів 2 курсу - спортивна гімнастика.

1. Історія розвитку гімнастики в Україні.
2. Різновиди гімнастики, що поширені в Україні.
3. Розвиток фізичних якостей засобами гімнастики.
4. Ранкова гігієнічна гімнастика в режимі дня студентів закладів вищої освіти.
5. Організація та проведення змагань зі спортивної гімнастики.
6. Значення гімнастичних вправ для розвитку координаційних здібностей.
7. Сучасні проблеми і тенденції розвитку чоловічого та жіночого гімнастичного багатоборства.
8. Досягнення української гімнастичної школи, її сучасний стан і роль на міжнародній арені.
9. Технічні засоби та страхування гімнастів на окремих видах багатоборства.
10. Види підготовки в спортивній гімнастиці.
11. Психологічна підготовка в гімнастиці.
12. Допоміжні прилади, пристрої та їх класифікація.
13. Спеціальна технічна підготовка в гімнастиці.
14. Загальнорозвиваючі вправи як засіб навчання правильному диханню.
15. Спорт. Характеристика видів спорту і рухової активності.
16. Біоенергетика і біомеханіка рухової активності.
17. Адаптація до аеробних і силових навантажень.
18. Оцінювання стану здоров'я для рухової активності та занять спортом.
19. Оцінювання рівня фізичної підготовленості.

20. Самоконтроль за станом здоров'я і фізичної підготовленості під час рухової активності та занять спортом.
21. Визначення цілей тренувальних програм.
22. Методики аеробного тренування.
23. Методики стрейчингу.
24. Методики анаеробного тренування.
25. Методики силового тренування.
26. Методи відновлення працездатності.
27. Функціональна активність людини. Поняття працездатності людини.
28. Фізіологічна характеристика втоми і відновлення. Види стомлення і відновлення.
29. Загальна і спеціальна фізична підготовка, їх цілі та завдання.
30. Форми самостійних занять. Зміст самостійних занять.
31. Функціональні проби в стані спокою. Функціональні проби і тести з фізичним навантаженням.
32. Види і зміст педагогічного контролю. Самоконтроль, його зміст. Щоденник самоконтролю.

Теми рефератів для студентів 2 курсу - важка атлетика, армспорт.

33. Характеристика сили як фізичної якості людини. Основи тренування силової спрямованості.
34. Загальні основи теорії та методики атлетичних видів спорту: ключові принципи тренування, тренувальні системи та плани.
35. Поняття «спортивна техніка». Загальні основи техніки вправ в силових видах спорту. Техніка виконання змагальних вправ у важкій атлетиці, пауерліфтингу, гирьовому спорті, бодібілдингу, армспорту.
36. Завдання й зміст етапів попередньої, базової та спеціальної підготовки в силових видах спорту. Обсяг та інтенсивність тренувальних навантажень.
37. Методи та засоби розвитку силової витривалості та контролю за нею.
38. Методи та засоби розвитку абсолютної сили та контролю за нею.
39. Методи та засоби розвитку вибухової сили та контролю за нею.
40. Особливості тренування жінок в силових видах спорту: методи і засоби.
41. Системи відновлення під час занять атлетизмом: основні принципи та засоби.
42. Основи раціонального харчування для осіб, які займаються атлетизмом.
43. Шкідливі наслідки вживання анаболічних стероїдів та допінгів для здоров'я людини.
44. Мета й методи тестування функціонального стану, рівня розвитку фізичних якостей (сили, швидкості, гнучкості, спритності).
45. Побудова навчально-тренувального процесу в силових видах спорту з урахуванням індивідуальних особливостей людини (статі, віку, конституційної будови, метаболізму, харчування, рівня підготовленості та ін.).
46. Вплив різних типів навантажень на серцево-судинну й м'язову системи під час навчально-тренувального процесу в силових видах спорту.
47. Особливості навчально-тренувальних програм і програм харчування для осіб різної статі й типу статури.
48. Спорт. Характеристика видів спорту і рухової активності.
49. Адаптація до аеробних і силових навантажень.

50. Оцінювання стану здоров'я для рухової активності та занять спортом.
51. Оцінювання рівня фізичної підготовленості.
52. Самоконтроль за станом здоров'я і фізичної підготовленості під час рухової активності та занять спортом.
53. Визначення цілей тренувальних програм.
54. Методики аеробного тренування.
55. Методики анаеробного тренування.
56. Методики силового тренування.
57. Методи відновлення працездатності.
58. Функціональна активність людини. Поняття працездатності людини.
59. Фізіологічна характеристика втоми і відновлення. Види стомлення і відновлення.
60. Загальна і спеціальна фізична підготовка, їх цілі та завдання.
61. Форми самостійних занять. Зміст самостійних занять.
62. Функціональні проби в стані спокою. Функціональні проби і тести з фізичним навантаженням.
63. Види і зміст педагогічного контролю. Самоконтроль, його зміст. Щоденник самоконтролю.

Теми рефератів для студентів 2-го курсу - спортивна боротьба.

1. Місце фізичної активності засобами єдиноборств у здоровому способі життя.
2. Контроль ваги у повсякденному житті та спорті.
3. Контроль ваги та рухова активність.
4. Складові здорового способу життя.
5. Вплив фізичної активності на здоров'я та довголіття.
6. Роль фізичних навантажень у формуванні кісток та підтриманні їхнього здоров'я.
7. Характеристика та принципи здорового харчування. Спортивне харчування для спортсменів борців.
8. Принципи, методика тренувань та харчування для збільшення м'язової маси.
9. Принципи, методика тренувань та харчування для зменшення надмірної жирової маси тіла.
10. Види фізичних вправ. Загальна характеристика та вправи, що використовуються при навчанні та вдосконаленні техніки прийомів в боротьбі.
11. Види фізичних вправ та їхній вплив на здоров'я.
12. Гіподинамія та її вплив на здоров'я. Причини розвитку хронічних захворювань.
13. Місце гігієни у здоровому способу життя та спорті.
14. Роль сучасних технологій та пристроїв при веденні здорового способу життя.
15. Спорт. Характеристика видів спорту і рухової активності.
16. Біоенергетика і біомеханіка рухової активності.
17. Адаптація до аеробних і силових навантажень.
18. Оцінювання стану здоров'я для рухової активності та занять спортом.
19. Оцінювання рівня фізичної підготовленості.
20. Самоконтроль за станом здоров'я і фізичної підготовленості під час рухової активності та занять спортом.
21. Визначення цілей тренувальних програм.
22. Методики аеробного тренування.

23. Методики анаеробного тренування.
24. Методики силового тренування.
25. Методи відновлення працездатності.
26. Функціональна активність людини. Поняття працездатності людини.
27. Фізіологічна характеристика втоми і відновлення. Види стомлення і відновлення.
28. Загальна і спеціальна фізична підготовка, їх цілі та завдання.
29. Форми самостійних занять. Зміст самостійних занять.
30. Функціональні проби в стані спокою. Функціональні проби і тести з фізичним навантаженням.
31. Види і зміст педагогічного контролю. Самоконтроль, його зміст. Щоденник самоконтролю.

Теми рефератів для студентів 2 курсу – туризм, скелелазіння.

1. Туризм як явище громадського життя. Характеристика основних документів, що регламентують спортивний туризм учнівської та студентської молоді.
2. Класифікація спортивного туризму. Класифікація походів.
3. Комплектування туристської групи. Вимоги до учасників туристських походів різної складності, їх права та обов'язки.
4. Індивідуальне спорядження для багатоденних походів: характеристика, особливості, підготовка, використання.
5. Вузли, що використовуються в спортивному туризмі.
6. Змагання з техніки гірського туризму.
7. Склад і обов'язки суддів на змаганнях зі спортивного туризму.
8. Класифікація перешкод в пішохідному туризмі та техніка їх подолання.
9. Техніка проведення рятувальних робіт на змаганнях з пішохідного та гірського туризму.
10. Історія виникнення та розвитку скелелазіння в Україні.
11. Скелелазіння як олімпійський вид спорту.
12. Швидкісне скелелазіння.
13. Лазіння на складність.
14. Спорядження необхідне для занять скелелазінням.
15. Безпека в скелелазінні.
16. Спорт. Характеристика видів спорту і рухової активності.
17. Біоенергетика і біомеханіка рухової активності.
18. Адаптація до аеробних і силових навантажень.
19. Оцінювання стану здоров'я для рухової активності та занять спортом.
20. Оцінювання рівня фізичної підготовленості.
21. Самоконтроль за станом здоров'я і фізичної підготовленості під час рухової активності та занять спортом.
22. Визначення цілей тренувальних програм.
23. Методики аеробного тренування.
24. Методики анаеробного тренування.
25. Методики силового тренування.
26. Методи відновлення працездатності.
27. Функціональна активність людини. Поняття працездатності людини.

28. Фізіологічна характеристика втоми і відновлення. Види стомлення і відновлення.
29. Загальна і спеціальна фізична підготовка, їх цілі та завдання.
30. Форми самостійних занять. Зміст самостійних занять.
31. Функціональні проби в стані спокою. Функціональні проби і тести з фізичним навантаженням.
32. Види і зміст педагогічного контролю. Самоконтроль, його зміст. Щоденник самоконтролю.

Теми рефератів для студентів спеціальної медичної групи 2 курс 3 семестр

1. Засоби фізичної культури і спорту.
2. Фізіологічні зміни в організмі людини, пов'язані з процесом тренування.
3. Функціональна активність людини і взаємозв'язок фізичної і розумової діяльності.
4. Стомлення і відновлення при фізичній і розумовій роботі.
5. Обмін енергії. Склад їжі і добова витрата енергії.
6. Особиста гігієна студента і її складові.

4 семестр

1. Рациональне харчування при різних режимах рухової активності.
2. Формування правильної осанки і профілактика її порушень засобами фізичної культури.
3. Рухова активність і підвищення стійкості організму людини до різних умов зовнішнього середовища.
4. Фізіологічний стан організму при занятті фізичними вправами.
5. Поняття «здоров'я», його зміст і критерії.
6. Визначення потреб в занятті фізичною культурою і спортом сучасної молоді.