

Реферати для 1 курсу:

1. Історія розвитку гирьових вправ у 19 столітті.
2. Історія розвитку гирьових вправ у першій половині 20 століття.
3. Історія розвитку гирьового спорту у 20 столітті.
4. Особливості гирьового спорту у 21 столітті.
5. Техніка виконання ривку у гирьовому спорті.
6. Техніка виконання класичного поштовху у гирьовому спорті.
7. Техніка виконання поштовху довгим циклом у гирьовому спорті.
8. Історичний огляд розвитку ФГСУ.
9. Історичний огляд гирьового союзу України.
10. Розбіжності у існуючих федераціях гирьового спорту до виконання розрядів.
11. Огляд діяльності конфедерації майстрів гирьового спорту.
12. Досягнення гирьовиків України на міжнародних змаганнях.
13. Змагання з жонгливання у гирьовому спорті.
14. Міжнародні змагання і досягнення у них студентів України.
15. Особливості естафет у гирьовому спорті.
16. Вимоги до жінок у виконанні розрядів у ФГСУ.
17. Вимоги до чоловіків у виконанні розрядів у гирьовому союзі України.
18. Вимоги до виконання звань у міжнародній конфедерації майстрів гирьового спорту.
19. Огляд вправ у гирьовому хортингу.
20. Вимоги до жінок у вправах з гирьового хортингу.
21. Вимоги до чоловіків у вправах з гирьового хортингу.
22. Види самоконтролю у спорті.
23. Щоденник самоконтролю у спорті.
24. Вимоги до жінок у жонгливанні з гирею.
25. Вимоги до чоловіків у жонгливанні з гирею.

Реферати для 2-3 курсів:

1. Якими вправами розминатися та підготовчі для ривку з гирею.

2. Якими вправами розминатися та підготовчі до класичного поштовху з гирями.
3. Якими вправами розминатися та підготовчі до поштовху довгим циклом.
4. Особливості підготовки до марафону у гирьовому спорті.
5. Вимоги до щоденника самоконтролю у гирьовому спорті.
6. Змагання з гирьового спорту на першість НТУ "ХПІ" та досягнення у них.
7. Змагання на першість ВНЗ у Харкові з гирьового спорту, та огляд досягнень команди НТУ "ХПІ".
8. Змагання на першість України поміж ВНЗ з гирьового спорту, та огляд досягнень команди НТУ "ХПІ".
9. Досягнення студентів НТУ "ХПІ" на першості України з гирьового хортингу.
10. Досягнення студентів НТУ "ХПІ" на міжнародних змаганнях з гирьового спорту.
11. Підготовчі вправи у жонглюванні з гирею.
12. Підготовчі вправи у гирьовому хортингу.
13. Особливості техніки та тактиці на змаганнях у ривку з гирею.
14. Особливості техніки та тактиці у гвардійському ривку з гирею.
15. Особливості техніки та тактиці у класичному поштовху з гирями.
16. Особливості техніки та тактиці у змаганнях з довгого циклу.
17. Особливості техніки та тактиці у змаганнях з марафону у гирьовому спорті.
18. Вимоги до учасників змагань у гирьовому спорті.
19. Вимоги до суддівського складу змагань з гирьового спорту.
20. Підхід учасника змагань до помосту. Початок, виконання та закінчення вправи.
21. Оскарження невірних зарахованих результатів у ГСК.