

Теми рефератів для студентів 1 курсу – плавання. 2 семестр

1. Історія розвитку плавання на Харківщині.
2. Які структурні організації відповідають за плавання. Надайте характеристику та роки виникнення.
3. Вплив занять плаванням на стан здоров'я студентів.
4. Правила з техніки безпеки на заняттях з плавання у басейні та у відкритих водоймищах.
5. Екіпіровка з плавання. Гігієнічні вимоги до одягу та знаряддя з плавання.
6. Основні гігієнічні вимоги для відкритих водойм, для штучних водойм (басейнів).
7. Параметри басейнів, у яких проводяться змагання зі спортивного плавання.
8. Змагання з плавання на відкритій воді. Місце проведення, дистанції, вимоги.
9. Водні види спорту (олімпійські та не олімпійські). Поняття. Загальна характеристика.
10. У яких видах спорту потрібен навик плавання, які дистанції.
11. Способи та дистанції, за якими проводяться змагання з плавання та реєструються рекорди.
12. Основи техніки. Типові помилки та методика їх виправлення при навчанні техніці плавання способом кроль на грудях.
13. Основи техніки. Типові помилки та методика їх виправлення при навчанні техніці плавання способом кроль на спині.
14. Основи техніки. Типові помилки та методика їх виправлення при навчанні техніці плавання способом брас.
15. Основи і особливості техніки стартів. Типові помилки та методика їх виправлення при навчанні техніці виконання стартів.
16. Основи і особливості техніки зворотів. Типові помилки та методика їх виправлення при навчанні техніці виконання зворотів.
17. Організація і проведення навчально-тренувальних занять з плавання для студентів різної спортивної кваліфікації.
18. Основи організації і проведення занять з плавання на відкритому водоймищі.
19. Основи прикладного плавання.
20. Порятунк тих, що тонуть.
21. Подолання водних перешкод.
22. Техніка прикладного плавання.
23. Техніка пірнання.
24. Надання долікарської допомоги потерпілому на воді.
25. Методичні основи початкового навчання у плаванні. Етапність навчання.
26. Структура навчально-тренувального заняття у басейні.

27. Особливості методики навчання плаванню студентів на глибокій воді.
28. Методи діагностики фізичного стану студентів на навчально-тренувальних заняттях.
29. Засоби дозування фізичних навантажень на навчально-тренувальних заняттях.
30. Методика занять оздоровчим плаванням для молоді віком 17 – 21 років.
31. Плавання як засіб корекції постави.
32. Види плавання, що мають оздоровче спрямування.
33. Протипоказання та показання щодо занять оздоровчим плаванням.
34. Фізіологічний вплив плавання на організм людини.
35. Основні педагогічні принципи, методи і засоби, які застосовуються в навчально-тренувальному процесі плавання.

Теми рефератів для студентів 2 курсу – плавання. 4 семестр

1. Класифікація недоліків (помилки) при виконанні плавальних вправ.
2. Вибір засобів, методів, методичних прийомів, виходячи із завдань і мети навчання плавальним навичкам.
3. Класифікація фізичного навантаження при виконанні плавальних вправ.
4. Основні тренувальні методи на навчально-тренувальних заняттях. Загальна характеристика.
5. Проаналізуйте основні тренувальні методи, які використовуються на навчально-тренувальних заняттях студентів з низьким рівнем плавальної підготовленості.
6. Проаналізуйте основні тренувальні методи, які використовуються на навчально-тренувальних заняттях студентів з середнім рівнем плавальної підготовленості.
7. Проаналізуйте основні тренувальні методи, які використовуються на навчально-тренувальних заняттях студентів з рівнем вище середньої плавальної підготовленості.
8. Інтенсивність навантаження при виконанні плавальних вправ. Як регулюється для студентів з різним рівнем підготовленості.
9. Види та методи лікарсько – педагогічного контролю на заняттях з плавання.
10. Самоконтроль на заняттях з плавання.
11. Критерії ефективності навчально-тренувальних занять.
12. Засоби відновлення після навчально-тренувальних занять.
13. Розминка. Види розминки. Вправи для занять на суші та воді.
14. Мінімальна та максимальна довжина дистанцій для кожного способу плавання.
15. Плавання в Єдиній спортивній класифікації України.
16. Загальні основи техніки спортивного плавання.

17. Загальні основи навчання і тренування в плаванні.
18. Побудова навчально-тренувального заняття з плавання для студентів.
19. Структура та зміст індивідуальної програми занять для свого рівня плавальної підготовленості.
20. Прискорене навчання плаванню молоді за методикою В. Волегова.
21. Місце і значення плавання в системі фізичного виховання України.
22. Авторська програма оздоровчого плавання К. Купера.
23. Авторські програми оздоровчого плавання М.М. Булатової та К.П. Сахновського.
24. Авторська програма оздоровчого плавання Дж. Сандерса.
25. Авторські програми оздоровчого плавання Л.Я. Іващенко та З.П. Фірсова.
26. Навчання плаванню дітей за методикою Л.П. Макаренко.
27. Нетрадиційна методика І.А. Большакової «Маленький дельфін».
28. Контроль ефективності оздоровчого плавання. Оцінювання функціонального стану кардіореспіраторної системи.
29. Контроль ефективності оздоровчого плавання. Оцінювання фізичної працездатності.
30. Контроль ефективності оздоровчого плавання. Оцінювання функціонального стану вегетативної нервової системи.
31. Контроль ефективності оздоровчого плавання. Оцінювання рівня фізичного стану.
32. Індивідуальне навчання дорослого населення плаванню кролем на грудях у США.
33. Особливості занять плаванням з дітьми до року.
34. Плавання для майбутніх мам.
35. Організація і зміст роботи з навчання плаванню у студентських оздоровчих таборах.

Теми рефератів для студентів 3 курсу – плавання. 6 семестр

1. Характеристика техніки плавання як системи рухів.
2. Залежність техніки плавання від анатомо-фізіологічних особливостей організму.
3. Фізіологічні механізми формування рухових навичок.
4. Фізіологічне обґрунтування принципів навчання спортивної техніки плавання.
5. Основи техніки. Типові помилки та методика їх виправлення при навчанні техніці плавання способом батерфляй.
6. Основи техніки. Комплексне плавання.
7. Естафетне плавання.
8. Техніко-тактичні основи комплексного і комбінованого плавання.
9. Змагання з плавання на відкритій воді. Місце проведення, дистанції, вимоги.

10. Правила змагань для проходження дистанцій з плавання на відкритій воді.
11. Правила проведення змагань зі спортивного плавання для різних змагань.
12. Вимоги до відбору у спортивне плавання. Етапи, періоди, циклічність спортивного тренування в плаванні.
13. З історії розвитку плавання. Школа з плавання шведа Густава Муару де Паулі.
14. З історії розвитку плавання. Система навчання плаванню А. Ганіке.
15. З історії розвитку плавання. Шувалівська школа, створена доктором В.М. Песковим.
16. Особливості методики навчання плаванню дорослого населення
17. Джеймс Е. Каунсілмен як тренер і педагог про основні напрямки навчання плаванню.
18. Особливості роботи плавців на суші, вимоги до загальної фізичної підготовки і спеціальної фізичної підготовки плавців.
19. Вправи з використанням спеціального обладнання та тренажерних пристроїв.
20. Види навантаження при виконанні вправ.
21. Форми навчально- тренувальних занять з плавання.
22. Методичні основи розвитку спеціальних фізичних якостей плавців відносно віку, рівня підготовленості, стану здоров'я.
23. Використання різних систем при навчанні плаванню.
24. Погодження рухів рук, ніг в стилях спортивного плавання.
25. Положення тіла плавця і дихання в стилях спортивного плавання.
26. Розповсюджені помилки під час плавання спортивними стилями.
27. Застосування плавального інвентарю під час занять з плавання.
28. Методичні основи організації і проведення заняття в змагальній формі.
29. Спортивне плавання в Олімпійській системі.
30. Назвіть основні групи засобів, які застосовуються при навчанні плаванню, спрямованість впливу вправ кожної групи та завдання.
31. Засоби спортивного тренування в спортивному плаванні.
32. Відновлювальні вправи в плаванні.
33. Реакція організму плавців на тренувально-змагальні навантаження.
34. Порядок проведення та суддівство змагань з плавання у університеті.
35. Організація проведення змагань різного рівня (значення, види, підготовка, порядок проведення та суддівство, підведення підсумків).