

РЕФЕРАТИ ДЛЯ СТУДЕНТІВ З КУРСУ ВІДДІЛЕННЯ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Весняний семестр

1. Діяльність міжнародних та українських організацій, які займаються розвитком легкої атлетики
2. Організації та їх функції, які займаються розвитком легкої атлетики в Україні та у Харкові та області.
3. Види легкої атлетики, які входять до програми Олімпійських ігор.
4. Визначення та характеристика бігу, класифікація бігових видів.
5. Правила змагань з легкої атлетики.
6. Аналіз та методика навчання техніки спортивної ходьби та бігу.
7. Аналіз та методика навчання техніки легкоатлетичних стрибків.
8. Аналіз та методика навчання техніки легкоатлетичних метань.
9. Методика розвитку необхідних фізичних здібностей в бігу на короткі дистанції.
10. Аналіз та методика навчання техніки бігу на середні дистанції.
11. Оздоровчий біг. Поняття. Методики. Зміни в організмі під час бігу і під впливом занять оздоровчим бігом.
12. Сучасні засоби відновлення в спорті.
13. Використання фармакологічних та фізіотерапевтичних засобів відновлення у легкій атлетиці
14. Психологічна підготовка легкоатлетів. Система розвитку мотивації до занять легкою атлетикою.
15. Аналіз техніки кросового бігу та правила проведення змагань з кросового бігу .
16. Відновлювальні процедури у тренувальному процесі легкоатлетів
17. Особливості занять легкою атлетикою дівчат та жінок.
18. Інноваційні системи фізичного виховання студентів з використанням оздоровчих занять на прикладі ходьби і бігу.

19. Гігієнічне та оздоровче значення легкоатлетичних вправ
20. Профілактика травматизму під час тренування і змагань на відкритих спорудах. Особливості техніки безпеки легкоатлетичних занять у критих спорудах.