**Физическая культура (Кузнецова Е. Д.): написание реферата.**

Физическая культура. 10-11 классы: Учеб.для общеобразовательных организаций: базовый уровень/В.И.Лях-3-е.изд. - М:Просвещение, 2016.

*Темы рефератов:*

1. Формирование ценностных ориентаций школьников на физическую культуру и спорт.

2. Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности.

3. Средства физической культуры в повышении функциональных возможностей организма.

4. Физиологическая характеристика состояний организма при занятиях физическими упражнениями и спортом.

5. Цели, задачи и средства общей физической подготовки.

6. Цели, задачи и средства спортивной подготовки.

7. Самоконтроль в процессе физического воспитания.

8. Средства и методы воспитания физических качеств.

9. Учебно-тренировочные занятия как основная форма обучения физическим упражнениям.

10. Организация физкультурно-спортивных мероприятий («Положение», алгоритм, принципы, системы розыгрыша, первенства, спартакиады).

11. Организация физического воспитания.

12. Развитие быстроты.

13. Развитие двигательных способностей.

14. Развитие основных физических качеств юношей.

15. Развитие основных физических качеств девушек.

16. Опорно-двигательный аппарат.

17. Развитие силы и мышц.

18. Сердечно-сосудистая, дыхательная и нервная системы.

19. Утренняя гигиеническая гимнастика.

20. Физическая культура и физическое воспитание.

21. Физическое воспитание в семье.

22. Характеристика основных форм оздоровительной физической культуры.

23. Физическая культура в системе общекультурных ценностей.

24. Физическая культура в школе.

25. Двигательный режим и его значение.

26. Физическая культура и спорт как социальные феномены.

27. Роль общеразвивающих упражнений в физической культуре.

28. Формы самостоятельных занятий физическими упражнениями.

29. Оздоровительная физическая культура и ее формы.

30. Влияние оздоровительной физической культуры на организм.

*Требования, предъявляемые к контрольной работе:*

Работа печатается на ксероксной бумаге формата А4 (21,0 х 29,7 см) с соблюдением размеров полей: верхнее и нижнее – 2,7, левое – 3,0 и правое 1,5 см. Межстрочный интервал – полуторный, размер – 14 кегль, шрифт – TimesNewRoman, абзац (отступ) – 1,25 см, текст выравнивается по ширине страницы, с использованием автопереноса, колонтитулы 1,25 см. Всё содержание работы, включая таблицы, печатаются черным цветом. Объем практической работы может быть от 8 до 12 страниц, включая титульный лист, содержание, введение, главы, заключение или выводы, список литературы. Нумерация начинается со 2-ой страницы. Нумерация страниц – снизу по центру.

*Пример оформления списка литературы:*

**Список литературы:**

1.**Туманян Г. С.** Здоровый образ жизни и физическое совершенствование[Текст] / Г.С. Туманян.*–* М. : Издательский центр «Академия», 2006.

2.**Попов С. Н.** Лечебная физическая культура[Текст]:учебник для студентов высших учебных заведений/ C.Н. Попов,Н.М. Валеев, Т.С. Гарасева[и др.]. *–* М.: Издательский центр «Академия», 2007.

3.**Железняк Ю. Д.** Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства[Текст]: учебник для студентов высших учебных заведений/ Ю.Д. Железняк,Ю.М. Портнов,В.П. Савин[ и др.].*–* М.: Издательский центр «Академия», 2007*.*

Пример титульного листа

Министерство образования, науки и молодежной политики Республики Коми

Государственное профессиональное образовательное учреждение

«Сыктывкарский торгово-экономический колледж»

(ГПОУ «СТЭК»)

**Реферат**

**на тему:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Название темы | | | | | |
|  | | | | | |
|  | | | | | |
| по дисциплине (профессиональному модулю) | | | |  | |
|  | | | | | |
|  | | | | | |
| (код, наименование специальности) | | | | | |
|  | | | Выполнил (а): | | |
|  |  |  | Студент(ка) группы | |  |
|  | |  |  | | |
|  | | | ФИО  Проверил: | | |
|  |  |  |  | | |
|  |  |  | ФИО | | |
|  | | |  | | |
|  | | |  | | |

Сыктывкар 2020