

**Отчетные работы по физической культуре за 1 полугодие.
За полугодие нужно сделать не менее 3 рефератов или 3
презентации.**

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ:

ОСНОВЫ ЗНАНИЙ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ- 8 класс

п/ №	Тема беседы
1.	Техника безопасности во время занятий физической культурой
2.	Дыхание во время выполнения физических упражнений
3.	Питание и питьевой режим
4.	Двигательный режим
5.	Влияние занятий физкультурой на вредные привычки
6.	Режим дня школьника
7.	Значение правильной осанки в жизнедеятельности человека
8.	Гигиенические правила занятий физическими упражнениями
9.	Основные причины травматизма
10	Личная гигиена
11	Реакция организма на различные физические нагрузки
12	Значение ЗОЖ для здоровья человека
13	Значение современного Олимпийского движения в развитии мира и дружбы
14	Влияние возрастных особенностей организма на физическое развитие школьника
15	Особенности построения и содержания самостоятельных занятий по ОФП
15	Основные формы занятий физической культурой
16	Самостроховка при выполнении упражнений
16	Профилактика простуды, плоскостопия и близорукости
17	Поведение в экстремальных ситуациях
18	Элементы самомассажа, массажа

19	Основы психомышечной тренировки
20	Приемы определения самочувствия, работоспособности, сна, аппетита
21	Влияние физкультуры на развитие внимания, памяти, мышления
22	Правила приема водных, воздушных и солнечных ванн
23	Признаки различной степени утомления
24	Звезды советского и российского спорта
25	Первая помощь при травмах
26	Приемы самоконтроля, (ортостатическая проба)

Требования к тексту реферата:

- Титульный лист обязательно.
- шрифт Times New Roman;
- размер шрифта не менее 12 кегль;
- межстрочный интервал – 1,5 мм;
- нумерация сквозная внизу страницы по центру и начинается с первой страницы, но на титульном листе и на странице с оглавлением номер не ставится;
- поля: левое – 3 см., правое – 1 см, а нижнее и верхнее по 2 см.
- объемом от 3 до 5 страниц формата А4.