

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

**ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ: 9 класс - ОСНОВЫ ЗНАНИЙ О ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ**

п/п №	Тема беседы
1.	Техника безопасности во время занятий физической культурой
2.	Питание и питьевой режим
3.	Двигательный режим
4.	Влияние занятий физкультурой на вредные привычки
5.	Режим дня школьника
6.	Влияние физических упражнений на развитие телосложения
7.	Реакция организма на различные физические нагрузки
8.	Влияние возрастных особенностей организма на физическое развитие школьника
9.	Особенности построения и содержания самостоятельных занятий по ОФП
10	Развитие физических качеств
11	Основные формы занятий физической культурой
12	Влияние занятий физическими упражнениями на основные системы организма
13	Врачебный контроль за занимающимися физкультурой
14	Основные причины травматизма
15	Одежда и обувь
16	Влияние физкультуры на развитие внимания, памяти, мышления
17	Первая помощь при травмах
18	Поддержание репродуктивной функции человека средствами физкультуры
19	Значение современного Олимпийского движения в развитии мира и дружбы
20	Значение ЗОЖ
21	Приемы самоконтроля, (ортостатическая проба)
22	Дневник самоконтроля
23	Приемы определения самочувствия, работоспособности, сна, аппетита
24	Признаки различной степени утомления, что делать при их появлении

**Титульный лист обязательно.**

**Требования к тексту реферата:**

- 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.