**ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» для дифференцированного зачёта.**

**3 курс**

1. Социально-биологические и психофизиологические основы физической культуры

2. Самостоятельные занятия оздоровительной Физической культурой

3. Методика эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками (ходьба, передвижение на лыжах, плавание)

4. Влияние дыхательной гимнастики на различные функции человека

5. Ожирение и его последствия на различные функции человека. Методы профилактики и борьбы с ожирением

6. Тысяча движений для здоровья по методике Н.М. Амосова

7. Структура физической культуры

8. Физическая культура как вид культуры личности в обществе

9. Физическая культура в профилактике различных заболеваний человека

10.Утомление и восстановление организма. Роль физических упражнений в регулировании этих состояний.

**Темы рефератов выбираются по последней цифре в номере зачётной книжки.**