

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ КУРСОВЫХ РАБОТ
для направления специальности «Оздоровительная и адаптивная
физическая культура (оздоровительная)»

1. Улучшение показателей физического состояния (физическое развитие, функциональное состояние, физическая подготовленность) учащихся школьного возраста (младший, средний, старший), занимающихся различными видами фитнеса (на выбор).
2. Детский фитнес в системе физкультурно-оздоровительной работы в учреждениях общего среднего и дополнительного образования.
3. Повышение физкультурной образованности учащихся школьного возраста в углубленном изучении предмета «Физическая культура и здоровье».
4. Повышение физической подготовленности учащихся школьного возраста на учебных занятиях «Час здоровья и спорта».
5. Повышение интереса учащихся школьного возраста к занятиям физической культурой в учреждениях общего среднего и дополнительного образования.
6. Организация и проведение занятий фитнесом (на выбор) в учреждениях общего среднего и дополнительного образования.
7. Организация и проведение туристских походов с учащимися различного возраста.
8. Спортивное ориентирование как средство развития выносливости и координационных способностей у учащихся среднего (старшего) школьного возраста.
9. Влияние спортивных и подвижных игр на физическое состояние (физическое развитие, функциональное состояние, физическая подготовленность) учащихся учреждений общего среднего образования.
10. Применение метода сопряженного воздействия на уроках «Физическая культура и здоровье» в учреждении общего среднего образования.
11. Организация и содержание физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в учреждении общего среднего образования.
12. Воздействие различных видов фитнеса (на выбор) на уровень физической подготовленности учащихся (студентов).
13. Круговая тренировка в физическом воспитании учащихся (студентов) как эффективный метод развития физических качеств.
14. Использование средств фитнеса для профилактики травматизма в учебно-тренировочном процессе занимающихся различными видами спорта (по выбору).
15. Ментальный фитнес (на выбор) как средство улучшения гибкости и развития подвижности в суставах у людей различного пола и возраста.
16. Особенности применения миофасциального релиза в современных фитнес-технологиях с лицами различного пола и возраста.
17. Улучшение показателей физического состояния (физическое развитие, функциональное состояние, физическая подготовленность) лиц различного

пола и возраста, занимающихся традиционными и инновационными видами фитнеса (на выбор).

18. Повышение мотивации к занятиям оздоровительной направленности лиц различного пола и возраста на основе использования инновационных технологий фитнеса.

19. Коррекция телосложения лиц зрелого возраста, занимающихся различными видами фитнеса (на выбор).

20. Воздействие комплексных занятий фитнесом (на выбор) на показатели физического состояния (физическое развитие, функциональное состояние, физическая подготовленность) лиц различного пола и возраста.

21. Программирование индивидуальных занятий фитнесом (на выбор) с учетом показателей физического состояния лиц различного пола и возраста.

22. Программирование групповых занятий фитнесом (на выбор) для лиц различного пола и возраста.

23. Формирование мотивации и потребностей к занятиям фитнесом (на выбор) у лиц различного пола и возраста.

24. Организация и проведение семейного оздоровительного похода, способствующего развитию физических качеств лиц различного пола и возраста.

25. Использование различных видов фитнеса для развития профессионально-прикладных физических качеств, умений и навыков.

26. Применение различных средств фитнеса в режиме рабочего и свободного времени трудящихся (производственная гимнастика, послетрудовая реабилитация, профилактика профессиональных заболеваний), в зависимости от группы труда (по выбору).

27. Организация и управление процессом формирования оздоровительных услуг.

28. Пропаганда современных видов фитнеса на рынке оздоровительных услуг.

29. Организация и проведение туристских походов с взрослым населением.

30. Планирование маршрута и проведение оздоровительного похода выходного дня в летнее время на территории Республики Беларусь с различным контингентом населения.

31. Туристские походы как эффективное средство снятия эмоциональной напряженности у представителей различных профессий.

32. Использование современных средств навигации и проведение оздоровительного похода с лицами различного возраста и пола.

33. Влияние массовых мультиспортивных соревнований в Республике Беларусь на приобщение населения к занятиям оздоровительным туризмом.