

Выбор темы индивидуального проекта обучающиеся осуществляют самостоятельно из представленного (рекомендованного) списка:

(Результат проектной деятельности обучающегося представляется в форме реферата.)

1. Проблемы состояния здоровья современной молодежи.
2. Влияние экологических факторов и вредных привычек на здоровье.
3. Рациональное питание как условие эффективной профессиональной деятельности.
4. Профилактика профессиональных заболеваний работников средствами физического воспитания.
5. Проблемы формирования мотивации к занятиям физической культурой в молодежной среде.
6. Проблемы современного состояния физической культуры в Сибирском регионе.
7. Современные оздоровительные системы физического воспитания.
8. Оздоровительные системы востока, для сохранения репродуктивной функции организма.
9. Требования к технике безопасности на спортивных площадках.
10. Требования к технике безопасности в бассейне.
11. Природные, экологические, социальные факторы и их воздействие на организм.
12. Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.
13. Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учетом индивидуальных особенностей и состояния здоровья.
14. Принципы построения самостоятельных занятий физической культурой.
15. Диагностика и самодиагностика состояния организма на занятиях физическими упражнениями и спортом.
16. Условия и методы повышения эффективности производственного и учебного труда.

17. Оздоровительные и профилированные методы физического воспитания.
18. Проблемы сохранения работоспособности и профилактика утомляемости в условиях низкой двигательной активности.
19. Аутотренинг как эффективное средство повышения работоспособности.
20. Профилактика профессиональных заболеваний средствами физического воспитания.
21. Основные факторы, определяющие профессионально-прикладную физическую подготовку будущего специалиста.