

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ КУРСОВЫХ РАБОТ

для направления специальности 1-88 01 02-01 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (оздоровительная)», специальности 6-05-1012-01 «Физическая культура», профилизация: Оздоровительная физическая культура на 2026/2027 учебный год

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. Развитие двигательных способностей у учащихся, занимающихся фигурным вождением велосипеда.
4. Повышение показателей физического состояния (физическое развитие, функциональное состояние, физическая подготовленность) учащихся школьного возраста на учебных занятиях «Физическая культура и здоровье».
5. Применение метода сопряженного воздействия (круговой, интервальной тренировки и др.) на уроках «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования.
6. Организация и проведение занятий фитнесом (на выбор) в учреждениях общего среднего и/или дополнительного образования.
7. Организация и проведение оздоровительных туристских походов с учащимися учреждениями общего среднего и/или дополнительного образования.
8. Спортивное ориентирование как средство развития двигательных способностей у учащихся учреждений общего среднего и/или дополнительного образования.
9. Влияние спортивных и/или подвижных игр на физическое состояние (физическое развитие, функциональное состояние, физическая подготовленность) учащихся учреждений общего среднего и/или дополнительного образования.
10. Воздействие различных видов фитнеса (на выбор) на уровень физической подготовленности учащихся (студентов).
11. Развитие специфических двигательных способностей с использованием средств фитнеса у занимающихся различными видами спорта (по выбору).
12. Ментальный фитнес (на выбор) как средство улучшения показателей гибкости лиц различного пола и возраста.
13. Влияние миофасциального релиза на развитие двигательных способностей лиц различного пола и возраста.
14. Развитие профессионально-прикладных двигательных способностей у сотрудников МВД (МЧС, ОВД и др.) Республики Беларусь.
15. Улучшение показателей физического состояния (физическое развитие, функциональное состояние, физическая подготовленность) лиц различного

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

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

17. Коррекция телосложения лиц различного пола и возраста, занимающихся традиционными и/или инновационными видами фитнеса (на выбор).

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

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

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

21. Применение современных видов фитнеса различной направленности (аэробной, силовой, направленных на развитие гибкости) с лицами различного пола и возраста.

22. Организация и проведение оздоровительных туристских походов, способствующих развитию двигательных способностей лиц различного пола и возраста.

23. Использование различных видов фитнеса для развития профессионально-прикладных двигательных способностей в образовательном процессе учащихся (студентов).

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

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

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

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