

Темы исследовательских проектов в секции «Здоровый образ жизни»

1. Современные способы сохранения и укрепления здоровья в условиях цифровизации общества.
2. Негативное влияние различных видов обуви на стопу детей и подростков.
3. Разработка комплекса упражнений по профилактике нарушений осанки.
4. Способы устранения плоскостопия на уроках физической культуры.
5. Физическая культура и спорт: общее и различие. Их влияние на здоровье.
6. Умные устройства: разновидности, практическая польза, тенденции развития для оценки функциональных возможностей организма.
7. Индексы физического совершенства физического здоровья учащихся.
8. Использование динамических пауз на уроках как форму профилактики простудных заболеваний.
9. Создание туристических «Маршрутов здоровья».
- Плавание и его воздействие на развитие системы опорно-двигательного аппарата.
2. Основные методы коррекции фигуры с помощью физических упражнений.
3. Влияние физических упражнений на здоровье человека.
4. Физическая культура как средство борьбы от переутомления и низкой работоспособности.
7. Гибкость. Физическое качество. Способы развития.
8. Диагностика и самодиагностика состояния организма при занятиях спортом.
11. Исследование эффективности видеоинформации в процессе тренировки спортсменов.
12. Экспериментальное обоснование рационального развития дыхания в процессе тренировок.
13. Самодостаточность и эмоциональный комфорт школьников в процессе занятий физической культурой и школьным спортом.
4. Правильная осанка – залог здоровья