

В качестве вариантов рассматриваемой темы контрольной работы студенту могут быть предложены:

1. Средства повышения сопротивляемости организма и профилактики заболеваний.
2. Наркомания как социальное зло. Физиологические основы наркотической зависимости, методы борьбы с ней.
3. Аборт как фактор социальной и психологической девиации. Влияние аборта на здоровье молодой женщины.
4. Проблема пивного алкоголизма в современной России.
5. Характеристика наиболее распространенных заболеваний и старение человека (ИБС, рак, сахарный диабет, старение).
6. Профилактика травм и доврачебная помощь.
7. Валеологическая служба образовательной системы.
8. Основы закаливания. Особенности закаливания в спортивной практике.
9. Восстановление организма после физических и умственных нагрузок.
10. Личная гигиена.
11. Медицинские средства восстановления работоспособности.
12. Синдромы перетренированность и перенапряжения и их фармакоррекция.
13. Острые патологические состояния (обморочные состояния, гипогликемические состояния, тепловой и солнечный удары, утопление). Реанимационные мероприятия.
14. Питание и здоровье.
15. Китайская Цигун-терапия.
16. Развитие детей. Физкультура как профилактика заболеваний (рахит, гипотрофия, врождённые пороки сердца, пупочная грыжа, болезни опорно-двигательного аппарата, нарушение осанки, плоскостопие, врожденный вывих бедра, мышечная кривошея, врожденная косолапость).
17. Йога и здоровье.
18. Цветотерапия.
19. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний в молодом возрасте.
20. Бег и здоровье.
21. Профилактика респираторных заболеваний.
22. Фитотерапия.
23. Использование плавания в оздоровительных целях.
24. Атеросклероз – болезнь века.
25. Точечный массаж.
26. Биологические ритмы и наша жизнь.
27. Психика и здоровье (методы самовнушения, гипноз, аутогенная тренировка).
28. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.
29. Метод словесно-образного эмоционально-волевого управления состоянием человека
30. Планирование семьи. Заболевания передающиеся половым путем (ЗППП).
31. Нетрадиционные средства оздоровления (йога, цигун-терапия, система Ниши).
32. Питание и обмен веществ.
33. Использование спортивных игр в оздоровительных целях.
34. Туризм – доступный вид оздоровления.
35. Естественно-средовые факторы, используемые с целью оздоровления.
36. Двигательная активность и ее влияние на организм человека.
37. Память и пути ее улучшения.
38. Управление массой и составом физического тела.
39. Сон, его значение.
40. Традиционные средства восстановления здоровья: баня, сауна, массаж.
41. Стресс и здоровье.

Рекомендации по оформлению контрольных работ, критерии их оценки:

Студент должен подобрать литературу по теме контрольной работы (не менее 15 источников), проанализировать её и системно изложить результаты этого анализа. При этом следует излагать собственные умозаключения и формировать обобщения и выводы, поощряется

наличие в контрольной работе рисунков и таблиц при наличии аргументированной интерпретации.

Содержание контрольной работы должно включать в себя план, введение, несколько параграфов или глав, заключение (выводы) и список литературы, изложенный строго по алфавиту и в соответствии с ГОСТом. Список литературы должен включать не менее 15 источников, с непосредственными ссылками в тексте контрольной работы. В качестве обязательных информационных источников студенту магистратуры рекомендуются интернет источники, а так же профильные журналы.

Работа представляется в печатном и электронном варианте на формате А-4. Объем работы – 15-20 страниц. Титульный лист контрольной работы должен содержать тему работы, курс, группу, фамилию, инициалы автора. В ходе соответствующей сессии студенту представляется возможность 10 минутного доклада по теме контрольной работы, после чего преподаватель выставляет окончательную сумму баллов. При этом помимо оценки качества оформления работы, так же оценивается наличие собственных умозаключений, степень аргументации выводов, уровень и качество владения представляемого материала, наличие анализа современной литературы, стиль и язык изложения материала работы, уверенность и профессионализм при выступлении по теме. Контрольная работа может быть так же представлена студентом в межсессионный период, в часы консультаций преподавателя.