Список рефератов для выполнения по предмету «Физическая культура»

1. Кардионагрузка
2. Упр.на грудные мышцы
3. Упр.на мышцы спины
4. Упр.на мышцы живота
5. Упр.на бицепс и на трицепс
6. Упр.на ноги
7. Упр.на похудение
8. Настольный теннис
9. Фитнес
10. Подвижные игры
11. Спортивные игры
12. Особенности организма и их процессы
13. Здоровый образ жизни
14. Эстафета 4\*100,4\*400
15. Бег на короткие
16. Средние и дальние дистанции
17. Спринт и марафон
18. Перестроение в колонну 2,3,4 и тд
19. Перестроение из шеренги в 2 и 3
20. Олимпийские игры
21. ОФП
22. Упр.на скоростно-силовую выносливость
23. Планка(боковая планка)
24. Метание молота
25. Метание ядра
26. Метание копья
27. Челночный бег(тест Купера)
28. Метание ядра
29. Метание копья.