

Курсовая работа по выбору студента выполняется по дисциплине: «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» в соответствии с учебным планом специальности в объеме – 40 часов.

#### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ КУРСОВЫХ РАБОТ

1. Оценка физического состояния юных гимнастов в спортивной аэробике.
2. Начальное обучение на основе базовых упражнений в спортивной аэробике.
3. Комплексная программа физического воспитания в группах начальной подготовки по спортивной аэробике.
4. Анализ техники и методики обучения элементам трудности в спортивной аэробике (на примере элементов избранной группы)
5. Методика повышения эффективности занятий аэробикой на основе использования специальных упражнений хореографии.
6. Теоретико-методические основы нормирования тренировочных нагрузок в спортивной аэробике в процессе становления спортивного мастерства.
7. Формирование профессиональных знаний и умений проведения занятий по базовой аэробике у студентов высших физкультурных учебных заведений.
8. Формирование профессиональных знаний и умений проведения занятий по базовой аэробике у учащихся средних общеобразовательных школ.
9. Особенности развития спортивной аэробики как вида спорта в Республике Беларусь.
10. Методика развития специальной выносливости в спортивной аэробике на этапе спортивного совершенствования.
11. Методика развития гибкости в спортивной аэробике на этапе спортивного совершенствования
12. Методика развития скоростно-силовых качеств в спортивной аэробике на этапе спортивного совершенствования
13. Методика развития силовой выносливости в спортивной аэробике на этапе спортивного совершенствования
14. Методика освоения сложно-координационных связок и упражнений в спортивной аэробике на этапе начального обучения.