



**НАЦИОНАЛЬНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ ИМЕНИ
П.Ф.ЛЕСГАФТА, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**

Факультет довузовской подготовки

190121, Санкт-Петербург, ул. Декабристов, д.35, тел. (812) 714-06-74. E-mail: abiturientlesgaft@lesgaft.spb.ru

Уважаемые абитуриенты!

С целью подготовки к вступительным испытаниям профессиональной направленности для поступающих на направление подготовки бакалавриата 49.03.01 Физическая культура, а именно подготовка к тестированию по дисциплине – «Основы теории физической культуры» (ОТФК) приглашаем абитуриентов 2020 года к участию в дополнительных образовательных услугах с использованием дистанционных образовательных технологий сети интернет.

3 марта – 21 апреля 2020г.

Подготовительные курсы проводит: доцент кафедры теории и методики физической культуры НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, кандидат педагогических наук Титорова Ольга Никитична.

Форма обучения – заочное и онлайн-обучение, с применением дистанционных технологий Интернета.

Объем программы – 32 часа.

Программа дополнительных образовательных услуг по ОТФК включает 8 учебных онлайн-семинаров (вебинаров) по 2 академических часа в соответствии с тематическим планом курса (приложение 1), а также 16 академических часов отводится на самостоятельную работу.

Стоимость обучения составляет: 11 040 руб. 00 коп. НДС не облагается. В стоимость входит: обучение и комплект учебных материалов в электронном виде.

Для регистрации Вам необходимо отправить заявку на обучение по E-mail: vebinar@lesgaft.spb.ru

В заявке необходимо указать Ф.И.О. слушателя курса и наименование курса, на которое подается заявка. В ответ на заявку Вам будет выслан пакет документов, включающий в себя: договор на обучение, согласие на обработку персональных данных и личную карточку слушателя курсов. Далее необходимо распечатать эти документы, заполнить их в соответствии с требованиями, подписать личной подписью в требуемых местах, сделать скан копию этих документов и отправить обратным письмом на вышеуказанный E-mail.

Справки по тел.: (812) 714-06-74.

Тематический план дистанционных дополнительных образовательных услуг по ОТФК для направления подготовки 49.03.01 Физическая культура.

№ п/п	Тема занятия	Вебинар	Самостоятельная подготовка
1	Физическая культура: понятие, виды, правовые основы, понятие физической культуры личности	1	
2	Спорт: характеристика видов спорта, современное спортивное движение.	1	
3	Принципы занятий физическими упражнениями: социальные, общеметодические, специфические.	1	
4	Физические упражнения как основное средство физической культуры: понятие, содержание и форма, классификация, терминология	2	1
5	Методы формирования физической культуры личности: обучения, развития, воспитания.	1	
6	Формы занятий физическими упражнениями: урочные, неурочные.	1	1
7	Физическая нагрузка и работоспособность во время занятий физическими упражнениями: понятие, виды, способы регулирования и контроля.	2	1
8	Закономерности обучения физическим упражнениям: двигательные умения и навыки, этапы обучения.	1	
9	Физические способности: характеристика, классификация, закономерности развития.	2	
10	Гигиенические основы занятий физическими упражнениями: двигательный режим, питание, профилактика заболеваний и укрепление здоровья, особенности телосложения и осанка, ЗОЖ.	2	1
11	Профессионально-прикладная направленность занятий физическими упражнениями.		2
12	Современные спортивно-оздоровительные системы физических упражнений	2	1
13	Современное олимпийское и спортивно-массовое движение.		4
14	Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности школьников.		1
15	Общая характеристика базовых видов спорта		4
Количество часов в курсе		32	