



**Федеральное государственное бюджетное учреждение
«Федеральный центр подготовки спортивного резерва»**

**Образовательный курс
по теме
«Основы практического применения физических
упражнений в спортивной подготовке»**

**5 – 19 июня 2023 года
(10 вебинаров в онлайн-режиме)**

**Ссылка для участия:
<https://test-trener.ru/events/10>**

Организаторы образовательного курса

Морозов Алексей Алексеевич

*Заместитель Министра спорта Российской
Федерации*



Ахмерова Кадрия Шамилевна

*Директор ФГБУ «Федеральный центр подготовки
спортивного резерва»*



Модератор вебинаров

Лапин Алексей Юрьевич

*Доктор медицинских наук, эксперт ФГБУ
«Федеральный центр подготовки спортивного
резерва»*



Программа вебинаров

**Игорь Георгиевич
Максименко**



Доктор педагогических наук, доктор наук по физическому воспитанию и спорту, профессор, заведующий кафедрой физического воспитания Государственного образовательного учреждения высшего образования Московской области «Государственный гуманитарно-технологический университет»

Дата, время (москowsкое)	Тема лекции – вебинара
05.06.2023 10:00-12:00	«Организационно-методические и нормативно-правовые аспекты использования физических упражнений в спортивной подготовке»
06.06.2023 10:00-12:00	«Основы построения многолетней подготовки и развитие двигательных качеств»
07.06.2023 10:00-12:00	«Концепции, принципы, средства и методы развития двигательных качеств и физической подготовки спортсменов»
08.06.2023 10:00-12:00	«Физические упражнения как основное средство развития двигательных качеств»
09.06.2023 10:00-12:00	«Нагрузки, утомление, восстановление и энергообеспечение мышечной деятельности в системе физической подготовки спортсменов»
13.06.2023 10:00-12:00	«Ловкость, координация и методика их развития»
14.06.2023 10:00-12:00	«Гибкость и методика ее развития»
15.06.2023 10:00-12:00	«Основные положения методики силовой подготовки»
16.06.2023 10:00-12:00	«Общие положения методики развития скоростных способностей»
19.06.2023 10:00-12:00	«Базовые факторы, влияющие на эффективность применения физических упражнений в спортивной подготовке»