СЕКЦИИ ДЛЯ ВЫБОРА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

СПЕШЕЛ ФО ФТ-120020

Как правильно выбрать вид спорта в период:

- с 09.00 ч. 07 сентября 2022г.
- по 23.59 ч. 11 сентября 2022г.
- 1. Получи учетную запись личного кабинета
- 2. Зайди в личный кабинет
- 3. Выбери вкладку «Выбор модуля (секции) ФК»
- 4. Определи свою категорию: ВАЖНО
- А. Есть ограничения для занятий спортом (любые отклонения в состоянии здоровья
- или инвалидность, специальная медицинская группа в школе), выбирайте ТОЛЬКО
- «Оздоровительная физическая культура»
- Б. Нет ограничений для занятий спортом, выбирайте вид спорта в порядке
- приоритета от самого желаемого до менее интересного.
- В. Если ты студент-спортсмен и подавал подтверждающие документы при
- поступлении, то выбирать вид спорта НЕ НУЖНО. Спортклуб сделает это за тебя!

Как правильно выбрать вид спорта в период:

- Как правильно выбрать вид спорта в период:
- с 09.00 ч. 07 сентября 2022г.
- по 23.59 ч. 11 сентября 2022г.
- 1. Получи учетную запись личного кабинета
- 2. Зайди в личный кабинет
- 3. Выбери вкладку «Выбор модуля (секции) ФК»
- 4. Определи свою категорию: ВАЖНО
- А. Есть ограничения для занятий спортом (любые отклонения в состоянии здоровья
- или инвалидность, специальная медицинская группа в школе), выбирайте ТОЛЬКО
- «Оздоровительная физическая культура»
- Б. Нет ограничений для занятий спортом, выбирайте вид спорта в порядке
- приоритета от самого желаемого до менее интересного.
- В. Если ты студент-спортсмен и подавал подтверждающие документы при
- поступлении, то выбирать вид спорта НЕ НУЖНО. Спортклуб сделает это за тебя!

Начало практических занятий и встреча с преподавателями 13 сентября 2022г

Отделение игровых видов спорта

- - Баскетбол
- - Волейбол
- - Гандбол
- - Регби
- - Футбол

Отделение оздоровительной физической культуры

- Фитбол-аэробика
- Оздоровительная
- Ритмическая гимнастика
- Кардио-вело тренировка
- Скандинавская ходьба
- Атлетическая гимнастика
- Футбол
- Плавание
- Стретчинг
- Корригирующая гимнастика
- Система специальных упражнений, применяемых для

Как зачисляются в отделение?

- Студенты, имеющие любые отклонения в состоянии здоровья (в школе были
- рекомендованы занятия в специальной или подготовительной медицинской
- группе)
- - Студенты, которым рекомендовано полное освобождение от практических
- занятий по состоянию здоровья
- ЕСЛИ У ВАС НЕТ ТАКОЙ СПРАВКИ ДАННЫЙ РАЗДЕЛ ВЫБИРАТЬ НЕ НУЖНО!!

Отделение циклических видов спорта

- - Атлетическая гимнастика
- - Легкая атлетика
- - Лыжный спорт
- - Общая физическая подготовка
- - Плавание (это другое плавание)
- - Функциональный тренинг

Отделение спортивных видов единоборств и прикладных видов спорта

- - Аэробика
- - Бокс
- - Джиу-джитсу
- - Дзюдо
- - Пауэрлифтинг
- - Скалолазание
- - Спортивное ориентирование

Отделение фитнес-технологий

- - Аквафитнес
- - Женский футбол
- - Кроссфит
- - Легкоатлетический фитнес
- - Мультиспорт
- - Скандинавская ходьба
- - Фитнес

ЕСЛИ ЕСТЬ ВОПРОСЫ ВЕЛКОМ ТУ ВК ИЛИ ТЕЛЕГРАМ

P.S. Делала не по супер крутому гайду