



федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
физической культуры
к.п.н., доцент Заплата О.А. *Заплата*
«29» июня 2023 г.

**РАСПИСАНИЕ
ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ
КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

Элективная дисциплина **«Адаптивная физическая культура»**

Учебный год 2023-2024, Семестр I

Группа (курс) Клиническая психология, 1 курс

Дата	Время (с указанием перерывов)	Наименование темы	Преподаватель	Аудитория
06.09.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Развитие общефизических качеств.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
13.09.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Развитие общефизических качеств: координации, быстроты и гибкости.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
20.09.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
27.09.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений для развития мышц спины.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
04.10.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений для развития мышц брюшного пресса.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
11.10.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений для развития мышц косых мышц спины и живота.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
18.10.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
25.10.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений на развитие гибкости.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
01.11.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Развитие общей выносливости.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
08.11.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений дыхательной гимнастики.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
15.11.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Развитие способности к сохранению динамического равновесия, ориентирования в пространстве.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал

22.11.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Развитие способности к точному воспроизведению заданных параметров движения, к ритму.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
29.11.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Развитие вестибулярной устойчивости, ориентирования в пространстве, ритма, дифференцирования мышечных усилий.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
06.12.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Элементы настольного тенниса.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
13.12.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике держания ракетки.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
18.12.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике приёма через сетку.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
20.12.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике подачи через сетку.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал
27.12.2023г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике подачи и приёма через сетку.	Ст. преподаватель: Прокудин А.М.	Спортивный зал

*В связи с выполнением методических рекомендаций 3.1/2.1.0205-20 «Рекомендации по профилактике новой коронавирусной инфекции (COVID - 19) в образовательных учреждениях высшего образования (утв. Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека 29.07.2020г.) возможно изменение времени начала занятий.