

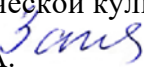


федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

физической культуры

к.п.н. доцент Заплатаина О.А. 

«29» июня 2023 г.

**РАСПИСАНИЕ  
ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

Факультет ЛЕЧЕБНЫЙ

Специальность «Сестринское дело»

Элективная дисциплина «Общая физическая подготовка»

Учебный год 2023-2024, Семестр III

Группа (курс) 2261 - 2 курс

Дата	Время (с указанием перерывов)	Наименование темы	Преподаватель	Аудитория
14.09.2023 г.	09:00– 09:45 09:50 – 10:35	Развитие общефизических качеств: ловкости и быстроты.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Спортивный зал
21.09.2023 г.	09:00– 09:45 09:50 – 10:35	Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Спортивный зал
28.09.2023 г.	09:00– 09:45 09:50 – 10:35	Комплекс упражнений для развития мышц спины и живота.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Спортивный зал
05.10.2023 г.	09:00– 09:45 09:50 – 10:35	Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Спортивный зал
12.10.2023 г.	09:00– 09:45 09:50 – 10:35	Сдача контрольных нормативов.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Тренажерный зал
19.10.2023 г.	09:00– 09:45 09:50 – 10:35	Развитие скоростно-силовых качеств.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Стадион
26.10.2023 г.	09:00– 09:45 09:50 – 10:35	Обучение технике бега на короткие дистанции.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Стадион
02.11.2023 г.	09:00– 09:45 09:50 – 10:35	Обучение технике бега на длинные дистанции.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Стадион
09.11.2023 г.	09:00– 09:45 09:50 – 10:35	Обучение технике низкого старта.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Спортивный зал
14.11.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике прыжка в длину с места и с разбега.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Спортивный зал
16.11.2023 г.	09:00– 09:45 09:50 – 10:35	Сдача контрольных нормативов.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Спортивный зал
21.11.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Экипировка, подборка инвентаря.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Стадион
23.11.2023 г.	09:00– 09:45 09:50 – 10:35	Обучение технике попеременного двухшажного хода.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Стадион
28.11.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике одновременного одношажного хода.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Стадион
22.11.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике одновременного двухшажного хода.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Стадион

29.11.2023 г	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике поворотов, способы торможения.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Стадион
12.01.2024 г	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике спусков и подъёмов.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Стадион
19.01.2024 г	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Сдача контрольных нормативов.	ст. преподаватель Суханов Е.А.	Стадион

\*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.