



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий кафедрой  
физической культуры  
к.п.н. доцент Заплата О.А. *Заплата*  
«29» августа 2024 г.

**РАСПИСАНИЕ  
ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

Факультет МЕДИКО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ  
Дисциплина «Физическая культура и спорт»  
Учебный год 2024-2025, Семестр I  
Группа (курс) 2451, 2452, 2453, 2454 - I курс

Дата	Время (с указанием перерывов)	Наименование темы	Преподаватель	Аудитория
9.09.2024 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение прыжкам в длину с места.	Антипина Е.Г. Кунгурцева М.В.	Спортивный зал
23.09.2024 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Совершенствование техники бега с низкого старта и техники прыжка в длину с места.	Антипина Е.Г. Кунгурцева М.В.	Спортивный зал
7.10.2024 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение и совершенствование технике бега на короткие дистанции.	Антипина Е.Г. Кунгурцева М.В.	Спортивный зал
21.10.2024 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Развитие скоростно-силовых качеств.	Антипина Е.Г. Кунгурцева М.В.	Спортивный зал
4.11.2024 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости и силы.	Антипина Е.Г. Кунгурцева М.В.	Спортивный зал
18.11.2024 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса.	Антипина Е.Г. Кунгурцева М.В.	Тренажерный зал
2.12.2024 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений для развития мышц спины и живота.	Антипина Е.Г. Кунгурцева М.В.	Тренажерный зал
16.12.2024 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей.	Антипина Е.Г. Кунгурцева М.В.	Тренажерный зал
27.12.2024 г.	9:00 – 9:45 9:50 – 10:35	Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости и силы.	Антипина Е.Г. Кунгурцева М.В.	Тренажерный зал
30.12.2024 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Лыжная подготовка. Обучение способам передвижения, инструктаж по технике безопасности.	Антипина Е.Г. Кунгурцева М.В.	Стадион
13.01.2025 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение одновременному бесшажному ходу.	Антипина Е.Г. Кунгурцева М.В.	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.