



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*  
«28» августа 2024 г.

**РАСПИСАНИЕ  
ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ  
КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

Элективная дисциплина **«Адаптивная физическая культура»**

Учебный год 2024-2025, Семестр I

Группа (курс) Клиническая психология, 1 курс

Дата	Время (с указанием перерывов)	Наименование темы	Преподаватель	Аудитория
03.09.2024 г.	09:00 – 09:45 09:50 – 10:35	Развитие общефизических качеств.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
06.09.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Развитие общефизических качеств: координации, быстроты и гибкости.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
10.09.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
17.09.2024 г.	09:00 – 09:45 09:50 – 10:35	Комплекс упражнений для развития мышц спины.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
20.09.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Комплекс упражнений для развития мышц брюшного пресса.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
24.09.2024г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Комплекс упражнений для развития мышц косых мышц спины и живота.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
01.10.2024 г.	09:00 – 09:45 09:50 – 10:35	Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
04.10.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Комплекс упражнений на развитие гибкости.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
08.10.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Развитие общей выносливости.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
22.10.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Комплекс упражнений дыхательной гимнастики.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
05.11.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Развитие способности к сохранению динамического равновесия, ориентирования в пространстве.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал

18.11.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Развитие способности к точному воспроизведению заданных параметров движения, к ритму.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
19.11.2024 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Развитие вестибулярной устойчивости, ориентирования в пространстве, ритма, дифференцирования мышечных усилий.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
02.12.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Элементы настольного тенниса.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
03.12.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Обучение технике держания ракетки.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
16.12.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Обучение технике приёма через сетку.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
17.12.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Обучение технике подачи через сетку.	Старший преподаватель Прокудин А.М.	Спортивный зал
30.12.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Обучение технике подачи и приёма через сетку.	Старший 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.