



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» июня 2024 г.

**РАСПИСАНИЕ  
ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

Факультет ПЕДИАТРИЧЕСКИЙ

Элективная дисциплина «Общая физическая подготовка»

Учебный год 2024-2025, Семестр I

Группа (курс) 2471, 2472, 2473, 2474, 2475, 2476, 2477, 2478 - 1 курс

Дата	Время (с указанием перерывов)	Наименование темы	Преподаватель	Аудитория
02.09.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Изучение техники низкого старта и стартового разгона.	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	Спортивный зал
09.09.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Обучение технике прыжка в длину с места	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	Спортивный зал
16.09.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Совершенствование техники бега с низкого старта и техники прыжка в длину с места	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	Спортивный зал
23.09.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Обучение и совершенствование технике бега на короткие дистанции.	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	Спортивный зал
30.09.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Развитие скоростно-силовых качеств.	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	Спортивный зал
07.10.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Кроссовая подготовка	Старшие преподаватели Вальков В.Б.,	Спортивный зал

			Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	
14.10.2024г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Обучение технике бега на длинные дистанции	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	Спортивный зал
21.10.2024 г.	14:35 – 15:20 15:25 – 16:10	Развитие общей выносливости.	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	Спортивный зал
28.10.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Обучение технике прыжка в длину с места	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	Спортивный зал
11.11.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Развитие общефизических качеств: координацию, быстроту, ловкость, выносливость и гибкость.	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	Спортивный зал
18.11.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	Спортивный зал
25.11.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Комплекс упражнений для развития мышц спины и живота	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	Спортивный зал
02.12.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	Стадион
09.12.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Обучение способам передвижения на лыжах, инструктаж по технике безопасности	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л.. преподаватель Щербаков М.В	Стадион
12.12.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Обучение одновременному бесшажному ходу	Старшие преподаватели Вальков В.Б.,	Стадион

			Мамаев Е.А., Суханов Е.Л., преподаватель Щербаков М.В	
16.12.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Обучение попеременному двухшажному ходу	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л., преподаватель Щербаков М.В	Стадион
19.12.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Обучение стойкам на спусках	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л., преподаватель Щербаков М.В	Стадион
23.12.2024 г.	10:45 – 11:30 11:35 – 12:20	Обучение одновременному одношажному ходу	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Суханов Е.Л., преподаватель Щербаков 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 высшенадзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека 29.07.2020г.) возможно изменение времени начала занятий.



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**

Факультет ПЕДИАТРИЧЕСКИЙ

Элективная дисциплина «Общая физическая подготовка»

Учебный год 2024-2025, Семестр I

Группа (курс) 2479, 2480, 2481, 2482, 2483, 2484, 2485, 2486 - 1 курс

Дата	Время (с указанием перерывов)	Наименование темы	Преподаватель	Аудитория
04.09.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Изучение техники низкого старта и стартового разгона.	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Спортивный зал
11.09.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Обучение технике прыжка в длину с места	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А.Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Спортивный зал
18.09.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Совершенствование техники бега с низкого старта и техники прыжка в длину с места	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Спортивный зал
25.09.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Обучение и совершенствование технике бега на короткие дистанции.	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А.Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Спортивный зал
02.10.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Развитие скоростно-силовых качеств.	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А, Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Спортивный зал
09.10.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Кроссовая подготовка	Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А.Прокудин	Спортивный зал

			А.М...преподаватель Щербаков М.В.	
16.10.2024г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Обучение технике бега на длинные дистанции	Старшие преподаватели Вальков В.Б.,Мамаев Е.А,Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Спортивный зал
23.10.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Развитие общей выносливости.	Старшие преподаватели Вальков В.Б.,Мамаев Е.А.Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Спортивный зал
30.10.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Обучение технике прыжка в длину с места	Старшие преподаватели Вальков В.Б.,Мамаев Е.А,Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Спортивный зал
06.11.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Развитие общефизических качеств: координацию, быстроту, ловкость, выносливость и гибкость.	Старшие преподаватели Вальков В.Б.,Мамаев Е.А.Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Спортивный зал
13.11.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса	Старшие преподаватели Вальков В.Б.,Мамаев Е.А,Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Спортивный зал
20.11.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Комплекс упражнений для развития мышц спины и живота	Старшие преподаватели Вальков В.Б.,Мамаев Е.А.Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Спортивный зал
27.11.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55	Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей	Старшие преподаватели Вальков В.Б.,Мамаев Е.А,Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Спортивный зал
04.12.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55	Обучение способам передвижения на лыжах, инструктаж по технике безопасности	Старшие преподаватели Вальков В.Б.,Мамаев Е.А.Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Стадион
11.12.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Обучение одновременному бесшажному ходу	Старшие преподаватели Вальков В.Б.,Мамаев Е.А,Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Стадион
18.12.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Обучение попеременному двухшажному ходу	Старшие преподаватели Вальков В.Б.,Мамаев Е.А.Прокудин А.М...преподаватель Щербаков М.В.	Стадион

23.12.2024 г.	15:30 – 16:15 16:20 – 17:05	Обучение стойкам на спусках	Старшие преподаватели Вальков В.Б.,Мамаев Е.А,Прокудин А.М...преподаватель Щербаков 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.

---