



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 СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЙ

Элективная дисциплина «Общая физическая подготовка»

Учебный год 2024-2025, Семестр I

Группа (курс) 2431, 2432, 2433, 2434, 2435, 2436, 2437, 2438, 2439, 2440.

Дата	Время (с указанием перерывов)	Наименование темы	Преподаватель	Аудитория
03.09.2024.	12:50-13:35 13:40-14:25	Изучение техники низкого старта и стартового разгона.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	л/а манеж
10.09.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Обучение технике прыжка в длину с места.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	л/а манеж
17.09.2024 г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Совершенствование техники бега с низкого старта и техники прыжка в длину с места.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	л/а манеж
24.09.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Обучение и совершенствование техники бега на короткие дистанции.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	л/а манеж
01.10.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Развитие скоростно-силовых качеств.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	л/а манеж
08.10.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Кроссовая подготовка.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	л/а манеж
15.10.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Обучение технике бега на длинные дистанции.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л.,	л/а манеж

			Преподаватель Щербаков М.В.	
22.10.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Развитие общей выносливости.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	л/а манеж
29.10.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Обучение технике прыжка в длину с места.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	л/а манеж
05.11.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости и гибкости.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	л/а манеж
12.11.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	л/а манеж
19.11.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Комплекс упражнений для развития мышц спины и живота.	Доцент Фетищев Н.И., ст. преподаватель Антипина Р.Г., преподаватель Кунгурцева М.Д.	л/а манеж
26.11.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	л/а манеж
03.12.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Обучение способам передвижения на лыжах, инструктаж по технике безопасности.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	л/а манеж
10.12.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Обучение одновременному бесшажному ходу.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	лыжный стадион
17.12.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Обучение попеременному двухшажному ходу.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	лыжный стадион
24.12.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Обучение стойкам на спусках.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	лыжный стадион
31.12.2024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Обучение одновременному одношажному ходу.	Ст. преподаватель Вальков В.Б.,	лыжный стадион

			Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	
14.012024г.	12:50-13:35 13:40-14:25	Обучение одновременному одношажному ходу.	Ст. преподаватель Вальков В.Б., Ст. преподаватель Суханов Е.Л., Преподаватель Щербаков М.В.	лыжный 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.