




14:35– 15:20

15:25 – 16:10 **Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Кемеровский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой
физической культурык.п.н. доцент Заплата О.А. 

«28» августа 2024 г.

РАСПИСАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Факультет ЛЕЧЕБНЫЙСпециальность «Сестринское дело»Элективная дисциплина «Общая физическая подготовка»Учебный год 2024-2025, Семестр IIIГруппа (курс) 2361 - 2 курс

Дата	Время (с указанием перерывов)	Наименование темы	Преподаватель	Аудитория
02.09.2024 г.	14:35– 15:20 15:25 – 16:10	Развитие общефизических качеств: ловкости и быстроты.	доцент Заплата О.А.	Стадион
03.09.2024 г.	12:50– 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса.	доцент Заплата О.А.	Стадион
09.09.2024 г.	14:35– 15:20 15:25 – 16:10	Комплекс упражнений для развития мышц спины и живота.	доцент Заплата О.А.	Тренажерный зал
16.09.2024 г.	14:35– 15:20 15:25 – 16:10	Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей.	доцент Заплата О.А.	Тренажерный зал
17.09.2024 г.	12:50– 13:35 13:40 – 14:25	Сдача контрольных нормативов.	доцент Заплата О.А.	Тренажерный зал
23.09.2024 г.	14:35– 15:20 15:25 – 16:10	Развитие скоростно-силовых качеств.	доцент Заплата О.А.	Стадион
30.09.2024 г.	14:35– 15:20 15:25 – 16:10	Обучение технике бега на короткие дистанции.	доцент Заплата О.А.	Стадион
07.10.2024 г.	14:35– 15:20 15:25 – 16:10	Обучение технике бега на длинные дистанции.	доцент Заплата О.А.	Стадион
14.10.2024 г.	14:35– 15:20 15:25 – 16:10	Обучение технике низкого старта.	доцент Заплата О.А.	Стадион
21.10.2024 г.	14:35– 15:20 15:25 – 16:10	Обучение технике прыжка в длину с места и с разбега.	доцент Заплата О.А.	Тренажерный зал
28.10.2024 г.	14:35– 15:20 15:25 – 16:10	Сдача контрольных нормативов.	доцент Заплата О.А.	Тренажерный зал
11.11.2024 г.	14:35– 15:20 15:25 – 16:10	Экипировка, подборка инвентаря.	доцент Заплата О.А.	Стадион
18.11.2024 г.	14:35– 15:20 15:25 – 16:10	Обучение технике попеременного двухшажного хода.	доцент Заплата О.А.	Стадион
20.11.2024 г.	10:45– 11:30 11:35 – 12:20	Обучение технике одновременного одношажного хода.	доцент Заплата О.А.	Стадион

25.11.2024 г	14:35– 15:20 15:25 – 16:10	Обучение технике одновременного двухшажного хода.	доцент Заплатина О.А.	Стадион
26.11.2024 г	12:50– 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике поворотов, способы торможения.	доцент Заплатина О.А.	Стадион
27.11.2024 г	10:45– 11:30 11:35 – 12:20	Обучение технике спусков и подъёмов.	доцент Заплатина О.А.	Стадион
02.12.2024г	14:35– 15:20 15:25 – 16:10	Сдача контрольных нормативов.	доцент Заплатина О.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.