



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 V

Группа (курс) 2271, 2272, 2273, 2274, 2275, 2276, 2277, 2278 - 3 курс

| Дата | Время (с указанием перерывов) | Наименование темы | Преподаватель | Аудитория |
|---------------|----------------------------------|--|---|-----------------|
| 05.09.2024 г. | 08:30 – 09:15 09:20 – 10:05 | Изучение техники низкого старта и стартового разгона. | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 09.09.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Обучение технике прыжка в длину с места | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | спортивный зал |
| 19.09.2024 г. | 08:30 – 09:15 09:20 – 10:05 | 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 |
| 23.09.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Обучение и совершенствование техники бега на короткие дистанции. | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | спортивный зал |
| 03.10.2024 г. | 08:30 – 09:15 09:20 – 10:05 | Развитие скоростно-силовых качеств. | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 07.10.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Кроссовая подготовка. | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | спортивный зал |
| 17.10.2024 г. | 08:30 – 09:15 09:20 – 10:05 | Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости и гибкости. | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 21.10.2024 г. | 16:15 – 17:00 17:05 – 17:50 | Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | тренажёрный зал |

| | | | | |
|---------------|--------------------------------|---|---|-----------------|
| 31.10.2024 г. | 08:30 – 09:15 09:20 – 10:05 | Комплекс упражнений для развития мышц спины и живота | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | тренажёрный зал |
| 14.11.2024 г. | 08:30 – 09:15 09:20 – 10:05 | Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | тренажёрный зал |
| 18.11.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости и гибкости. | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 28.11.2024 г. | 08:30 – 09:15 09:20 – 10:05 | Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | тренажёрный зал |
| 02.12.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Обучение технике держания и ловли мяча, передвижения с мячом | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 12.12.2024 г. | 08:30 – 09:15 09:20 – 10:05 | Обучение ловле и передаче мяча на месте и в движении; обучение технике ведения мяча поочередно правой и левой рукой | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | спортивный зал |
| 16.12.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Совершенствование передач в движении, совершенствование ловли отскока от щита, совершенствование бросков с места в движении | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 30.12.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | спортивный зал |
| 09.01.2025 г. | 08:30 – 09:15 09:20 – 10:05 | Совершенствование ведения и бросков по корзине. Совершенствование ловли отскока мяча от корзины. | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 13.01.2025 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Обучение технике ведения мяча. Совершенство передач. Обучение броскам после ведения | Старшие преподаватели Вальков В.Б., Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | 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.



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 V

Группа (курс) 2279, 2280, 2281, 2282, 2283, 2284, 2285, 2286 - 3 курс

| Дата | Время (с указанием перерывов) | Наименование темы | Преподаватель | Аудитория |
|---------------|-------------------------------------|--|--|----------------|
| 02.09.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Изучение техники низкого старта и стартового разгона. | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 12.09.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Обучение технике прыжка в длину с места | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | спортивный зал |
| 16.09.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Совершенствование техники бега с низкого старта и техники прыжка в длину с места | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 26.09.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Обучение и совершенствование техники бега на короткие дистанции. | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | спортивный зал |
| 30.09.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Развитие скоростно-силовых качеств. | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 10.10.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Кроссовая подготовка. | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | спортивный зал |
| 14.10.2024г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости и гибкости. | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |

| | | | | |
|---------------|--------------------------------|---|--|-----------------|
| 24.10.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | тренажёрный зал |
| 28.10.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Комплекс упражнений для развития мышц спины и живота | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | тренажёрный зал |
| 07.11.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | тренажёрный зал |
| 11.11.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости и гибкости. | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 21.11.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | тренажёрный зал |
| 25.11.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Обучение технике держания и ловли мяча, передвижения с мячом | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 05.12.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Обучение ловле и передаче мяча на месте и в движении; обучение технике ведения мяча поочередно правой и левой рукой | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | спортивный зал |
| 09.12.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Совершенствование передач в движении, совершенствование ловли отскока от щита, совершенствование бросков с места в движении | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 19.12.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | спортивный зал |
| 23.12.2024 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Совершенствование ведения и бросков по корзине. Совершенствование ловли отскока мяча от корзины. | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | Спортивный зал |
| 16.01.2025 г. | 16:20 – 17:05 17:10 – 17:55 | Обучение технике ведения мяча. Совершенство передач. Обучение броскам после ведения | Старшие преподаватели Суханов Е.Л. Мамаев Е.А. Прокудин А.М. преподаватель Щербаков М.В. | 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.

