



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*  
«29» июня 2023 г.

**РАСПИСАНИЕ  
ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

Факультет МЕДИКО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ  
Дисциплина «Физическая культура и спорт»  
Учебный год 2023-2024, Семестр I  
Специальность 06.03.01 Биология - I курс

Дата	Время (с указанием перерывов)	Наименование темы	Преподаватель	Аудитория
13.09.2023 г.	16:20 – 17:05 17:10 – 17:55	Обучение прыжкам в длину с места.	Суханов Е.Л.	Спортивный зал
27.09.2023 г.	16:20 – 17:05 17:10 – 17:55	Совершенствование техники бега с низкого старта и техники прыжка в длину с места.	Суханов Е.Л.	Спортивный зал
11.10.2023 г.	16:20 – 17:05 17:10 – 17:55	Обучение и совершенствование техники бега на короткие дистанции.	Суханов Е.Л.	Спортивный зал
25.10.2023 г.	16:20 – 17:05 17:10 – 17:55	Развитие скоростно-силовых качеств.	Суханов Е.Л.	Тренажерный зал
08.11.2023 г.	16:20 – 17:05 17:10 – 17:55	Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости и силы.	Суханов Е.Л.	Тренажерный зал
22.11.2023 г.	16:20 – 17:05 17:10 – 17:55	Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса.	Суханов Е.Л.	Тренажерный зал
06.12.2023 г.	16:20 – 17:05 17:10 – 17:55	Комплекс упражнений для развития мышц спины и живота.	Суханов Е.Л.	Спортивный зал
20.12.2023 г.	16:20 – 17:05 17:10 – 17:55	Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей.	Суханов Е.Л.	Спортивный зал
03.01.2024 г.	16:20 – 17:05 17:10 – 17:55	Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости и силы.	Суханов Е.Л.	Спортивный зал
17.01.2024 г.	16:20 – 17:05 17:10 – 17:55	Лыжная подготовка. Обучение способам передвижения, инструктаж по технике безопасности.	Суханов Е.Л.	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.