



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 ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИЙ

Элективная дисциплина «Общая физическая подготовка»

Учебный год 2023-2024, Семестр I

Группа (курс) 2391, 2392 - 1 курс

Дата	Время (с указанием перерывов)	Наименование темы	Преподаватель	Аудитория
01.09.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Развитие общефизических качеств: координации, выносливости.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	л/а манеж
08.09.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	л/а манеж
15.09.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений для развития мышц спины и живота.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	л/а манеж
22.09.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	л/а манеж
29.09.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Сдача контрольных нормативов.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	л/а манеж
06.10.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Развитие скоростно-силовых качеств.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	л/а манеж
13.10.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике бега на короткие дистанции.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	л/а манеж
20.10.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике бега на длинные дистанции.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	л/а манеж
27.10.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике низкого старта.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	л/а манеж
03.11.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике прыжка в длину с места и с разбега.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	л/а манеж

10.11.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Сдача контрольных нормативов.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	л/а манеж
17.11.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Экипировка, подборка инвентаря.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	стадион
24.11.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике попеременного двухшажного хода.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	стадион
01.12.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике одновременного одношажного хода.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	стадион
08.12.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике одновременного двухшажного хода.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	стадион
15.12.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике поворотов, способы торможения.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	стадион
22.12.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Обучение технике спусков и подъёмов.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова М.В.	стадион
29.12.2023 г.	12:50 – 13:35 13:40 – 14:25	Сдача контрольных нормативов.	Доцент: Фетищев Н.И. Преподаватель: Смолякова 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.