



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

физической культуры

к.п.н. доцент Заплата О.А. *Заплата*

«29» июня 2023 г.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

лекционных (теоретических) занятий

дисциплины «Физическая культура и спорт»

для студентов 1 курса

БИОЛОГИЯ

I семестр

2023-2024 учебный год

№ п/п	Тематика лекционных (теоретических занятий)	Количество учебных часов
1	Обучение технике низкого старта и стартового разгона. Обучение прыжкам в длину с места.	2
2	Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости и силы. Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса.	2
	ИТОГО	4