



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 Медико-профилактического факультета

I семестр 2023-2024 учебного года

| № п/п | Тематика лекционных (теоретических занятий) | Количество учебных часов |
|----------|--|-----------------------------|
| 1 | Обучение технике низкого старта и стартового разгона. | 1 |
| 2 | Обучение прыжкам в длину с места. | 1 |
| 3 | Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости и силы. | 1 |
| 4 | Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса. | 1 |
| | ИТОГО | 4 |