



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

физической культуры

к.п.н. доцент Заплата О.А. Зплата

«29» июня 2023 г.

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
ЛЕКЦИОННЫХ (ТЕОРЕТИЧЕСКИХ) ЗАНЯТИЙ**

дисциплины «**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**»

для студентов 1 курса Лечебного факультета (направление подготовки «Сестринское дело»),

очная форма обучения

I семестр 2023-2024 учебного года

№ п/п	Тематика лекционных (теоретических занятий)	Количество учебных часов
1	Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости и силы.	2
2	Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса.	2
3	Обучение и совершенствование технике низкого старта и прыжка в длину.	2
4	Развитие скоростно-силовых качеств.	2
	ИТОГО	8