



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой
физической культуры

к.п.н., доцент Заплатаина О.А. *Заплатаина*

«29» июня 2023 г.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН практических занятий

элективного курса по физической культуре «СПОРТ»
для студентов 2 курса Медико-профилактического факультета
III семестр 2023-2024 учебного года

№ п/п	Тематика практических занятий	Количество учебных часов
	Бадминтон.	
1	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в бадминтон.	2
2	Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с воланом, индивидуальные и в парах.	2
3	Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	2
4	Техника перемещения игроков на площадке.	2
5	Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	2
6	Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	2
7	Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара.	2
8	Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	2
9	Определение физической подготовленности.	2
10	Техника ударов открытой и закрытой стороной ракетки.	2
11	Техника выполнения низкой подачи закрытой стороной ракетки и приёма волана «стрелой».	2
12	Обучение технике высоко-далёкого удара, атакующего удара «смеш».	2
13	Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом волана «с набрасывания».	2
14	Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом волана «с набрасывания».	2
15	Техника ударов снизу, переводов волана вдоль сетки.	2
16	Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в парных играх.	2
17	Определение физической подготовленности.	2
18	Сдача контрольных нормативов.	2
	ИТОГО	36