



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой
физической культуры

к.п.н. доцент Заплата О.А. *Заплата*

«29» июня 2023 г.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН практических занятий

элективной дисциплины по физической культуре
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

для студентов 3 курса
БИОЛОГИЯ
III семестр
2023-2024 учебный год

№ п/п	Тематика практических занятий	Количество учебных часов
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



федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Кемеровский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

19	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в бадминтон.	2
20	Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с воланом, индивидуальные и в парах.	2
21	Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	2
22	Техника перемещения игроков на площадке	2
23	Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	2
24	Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	2
25	Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара	2
26	Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	2
27	Определение физической подготовленности.	2
	ИТОГО	54