



УТВЕРЖДАЮ
заведующий кафедрой

физическая культура

Заплатина О.А. *Заплатина*

«25» января 2024 г.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН практических занятий

элективной дисциплины «ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»

для студентов 1 курса Фармацевтического факультета

II семестр 2023-2024 учебного года

№ п/п	Тематика практических занятий	Количество учебных часов
1	Обучение техники попеременно двухшажного хода	2
2	Обучение технике одновременно одношажного хода	2
3	Совершенствование технике одновременно одношажного хода	2
4	Обучение технике одновременно двухшажного	2
5	Обучение технике поворотов	2
6	Совершенствование технике поворотов	2
7	Обучение технике спусков	2
8	Совершенствование техники спусков	2
9	Обучение технике и способы торможения	2
10	Обучение технике подъёмов	2
11	Совершенствование технике подъёмов	2
12	Правила баскетбола/стритбола. Основы техники	2
13	Основы тактики игры	2
14	Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	2
15	Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	2
16	Обучение ведения и передачи мяча, броски по корзине	2
17	Совершенствование ведения и передачи мяча, броски по корзине	2
18	Сдача контрольных нормативов	2
	ИТОГО	36