**Тематический план занятий семинарского типа**
**по дисциплине «Физическая культура и спорт»**
**для обучающихся 2026 года поступления**
**по образовательной программе 37.05.01 Клиническая психология, направленность (профиль) Патопсихологическая диагностика и психотерапия (специалитет)**
**форма обучения очная на 2026-2027 учебный год**

| № | Тематические блоки | Часы (академ.) |
|---|---|---|
| 1 семестр | | |
| 1. | Оздоровительная ходьба. Общая характеристика. | 2 |
| 2. | Техника и правила оздоровительной ходьбы. Ходьба в среднем темпе. | 2 |
| 3. | Техника и правила оздоровительной ходьбы. Ходьба в быстром темпе. | 2 |
| 4. | Скандинавская ходьба. Общая характеристика. | 2 |
| 5. | Техника скандинавской ходьбы. Часть 1. | 2 |
| 6. | Техника скандинавской ходьбы. Часть 2. | 2 |
| 7. | Оздоровительный бег. | 2 |
| | Итого: | 14 часов |
| 2 семестр | | |
| 8. | Плавание. Общая характеристика. | 2 |
| 9. | Техника плавания способом кроль на груди. | 2 |
| 10. | Техника плавания способом кроль на спине. | 2 |
| 11. | Техника плавания способом брасс. | 2 |
| 12. | Техника старта при плавании кролем на груди и кролем на спине. | 2 |
| 13. | Техника поворота и финиша при плавании кролем на груди и брассом. | 2 |
| 14. | Техника поворота и финиша при плавании кролем на спине. | 2 |
| | Итого: | 14 часов |

Рассмотрено на заседании кафедры физической культуры и здоровья, протокол №16 от «30» мая 2026 г.

Заведующий кафедрой С.Ю. Максимова