Тематический план самостоятельной работы
по дисциплине «Физическая культура и спорт»
для обучающихся 2026 года поступления
по образовательной программе 30.05.01 Медицинская биохимия (специалитет),
направленность (профиль) Медицинская биохимия,
форма обучения очная на 2026-2027 учебный год

№	Тема самостоятельной работы	Часы (академ.)
1 семестр		
1.	Двигательный режим различных возрастных категорий населения	14
Раздел 1. Оптимизация физической активности населения		6,5
Раздел 2. Двигательный режим и физическое здоровье в геронтологии		6,5
Контрольный раздел		1
2 семестр		
2.	Медико-биологические основы современной спортивной тренировки	5
Раздел 1. Медико-биологические основы современной спортивной тренировки		4
Контрольный раздел		1

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

Заведующий кафедрой С.Ю. Максимова