Тематический план занятий семинарского типа
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

№	Тематические блоки	Практическая подготовка в рамках тематического блока	Часы (академ.)
1 семестр			
1.	Оздоровительная ходьба. Общая характеристика.	ПП	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.	ПП	2
5.	Техника скандинавской ходьбы. Часть 1.		2
6.	Техника скандинавской ходьбы. Часть 2.		2
7.	Оздоровительный бег.	ПП	2
2 семестр			
8.	Плавание. Общая характеристика.	ПП	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:		28 часов

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

Заведующий кафедрой  С.Ю. Максимова