**Тематический план занятий семинарского типа**
**по дисциплине «Физическая культура и спорт для лиц с ограничениями жизнедеятельности и здоровья» для обучающихся 2025, 2026 годов поступления**
**по образовательной программе**
**06.03.01 Биология, направленность (профиль) Генетика**
**(бакалавриат), форма обучения очная**
**на 2026-2027 учебный год**

| № | Тематические блоки | Часы (академ.)[1] |
|---|---|---|
| 1 семестр | | |
| 1 | Легкая атлетика. | 10 |
| 2 | Плавание. | 8 |
| 3 | Атлетическая гимнастика. | 12 |
| 2 семестр | | |
| 1 | Легкая атлетика. | 10 |
| 2 | Плавание. | 8 |
| 3 | Атлетическая гимнастика. | 10 |
| 3 семестр | | |
| 1 | Легкая атлетика. | 10 |
| 2 | Баскетбол. | 6 |
| 3 | Бадминтон. | 6 |
| 4 | Атлетическая гимнастика. | 8 |
| 4 семестр | | |
| 1 | Легкая атлетика. | 6 |
| 2 | Калланетика. | 6 |
| 3 | Бадминтон. | 6 |
| 4 | Атлетическая гимнастика. | 6 |
| 5 | Аэробика. | 4 |
| 5 семестр | | |
| 1 | Легкая атлетика. | 6 |
| 2 | Волейбол. | 6 |
| 3 | Бадминтон. | 6 |
| 4 | Аэробика. | 6 |
| 5 | Дартс. | 6 |
| 6 семестр | | |
| 1 | Легкая атлетика. | 6 |
| 2 | Миофасциальный релиз. | 6 |
| 3 | Бадминтон. | 6 |
| 4 | Пилатес. | 6 |
| 5 | Дартс. | 4 |
| | Итого: | 174 |

[1] – один тематический блок включает в себя несколько занятий, продолжительность одного занятия 45 минут, с перерывом между занятиями не менее 5 минут

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

Заведующий кафедрой
физической культуры и здоровья С.Ю. Максимова