

**Тематический план занятий семинарского типа  
по дисциплине «Физическая подготовка (элективные модули)»  
для обучающихся 2023 года поступления по образовательной программе  
06.03.01 Биология, направленность (профиль) Генетика  
(бакалавриат), форма обучения очная  
на 2025-2026 учебный год**

| №         | Тематические блоки       | Часы<br>(академ.) <sup>1</sup> |
|-----------|--------------------------|--------------------------------|
| 1 семестр |                          |                                |
| 1         | Легкая атлетика.         | 14                             |
| 2         | Плавание.                | 8                              |
| 3         | Атлетическая гимнастика. | 12                             |
|           | Всего:                   | 34                             |
| 2 семестр |                          |                                |
| 1         | Легкая атлетика.         | 14                             |
| 2         | Плавание.                | 8                              |
| 3         | Атлетическая гимнастика. | 12                             |
|           | Всего:                   | 34                             |
| 3 семестр |                          |                                |
| 1         | Легкая атлетика.         | 10                             |
| 2         | Баскетбол.               | 6                              |
| 3         | Бадминтон.               | 6                              |
| 4         | Атлетическая гимнастика. | 8                              |
|           | Всего:                   | 30                             |
| 4 семестр |                          |                                |
| 1         | Легкая атлетика.         | 10                             |
| 2         | Футбол.                  | 6                              |
| 3         | Бадминтон.               | 6                              |
| 4         | Атлетическая гимнастика. | 8                              |
|           | Всего:                   | 30                             |
| 5 семестр |                          |                                |
| 1         | Легкая атлетика.         | 6                              |
| 2         | Волейбол.                | 6                              |
| 3         | Бадминтон.               | 6                              |
| 4         | Аэробика.                | 6                              |
| 5         | Дартс.                   | 6                              |
|           | Всего:                   | 30                             |
| 6 семестр |                          |                                |
| 1         | Легкая атлетика.         | 6                              |
| 2         | Настольный теннис.       | 6                              |
| 3         | Бадминтон.               | 6                              |
| 4         | Атлетическая гимнастика. | 6                              |
| 5         | Дартс.                   | 4                              |
|           | Всего:                   | 28                             |
|           | Итого:                   | 186                            |

<sup>1</sup> – 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 2025 г., протокол № 18.

Заведующий кафедрой  
физической культуры и здоровья



С.Ю. Максимова