

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Осетинская государственная медицинская академия»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**

Кафедра общей гигиены и физической культуры

«УТВЕРЖДАЮ»
Зав. кафедрой, профессор
А.Р. Кусова
« 29 » августа 2023 г.

Тематический план практических занятий

Дисциплина Физическая культура и спорт
Курс IV
Факультет Лечебный
на VII семестр 2023–2024 уч. г.

№ темы	Наименование темы	Продолжительность занятия
1.	ОФП. Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	2
2.	Методическое занятие: «Аутогенная тренировка». ОФП. Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции.	2
3.	ОФП. Совершенствование техники прыжков в длину с места.	2
4.	Методическое занятие: «Оптимальный двигательный режим и рациональное питание людей различного возраста». БАСКЕТБОЛ. Совершенствование техники нападения и защиты: группы, приемы, способы, разновидности, условия выполнения. Сочетание финтов и различных технических приемов. Двусторонняя игра.	2
5.	БАСКЕТБОЛ. Совершенствование тактики игры в баскетбол. Тактические приемы и их варианты в индивидуальных, групповых и командных действиях. Выполнение специальных упражнений для развития скоростной выносливости, скоростно-силовых качеств, прыжковой выносливости, быстроты реакции. Двусторонняя игра.	2
6.	Методическое занятие: «Составление программы профессионально-прикладной физической культуры врача». ВОЛЕЙБОЛ. Совершенствование техники нападения и защиты: группы, приемы, способы, разновидности, условия выполнения. Классификация тактики игры в волейбол. Двусторонняя игра.	2
7.	ВОЛЕЙБОЛ. Совершенствование тактики нападения и тактики защиты: группы, виды, способы, варианты и комбинации. Индивидуальные действия в нападении и защите. Групповые действия в нападении и защите. Выполнение специальных упражнений для развития скоростно-силовых качеств, прыжковой и игровой выносливости, быстроты реакции. Двусторонняя игра.	2
8.	Прием контрольных нормативов (ФОС-нормативные требования по ОФП).	2
Всего часов		16

Зав. учебной частью кафедры,
старший преподаватель
« 29 » августа 2023 г.

Росташвили

Е.Ю. Росташвили