|  |
| --- |
| Утверждаю:Зав. кафедрой физической культуры\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.М.Дворкина«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2014 г. |

**Тематический план практических занятий**

**по дисциплине «Физическая культура»**

**для студентов 1 курса специальности «Фармация»**

**1семестры**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема | Дата | преподаватель |
| 1 | Вводное занятие по ориентированию. Понятие спортивного ориентирования. Техника безопасности на занятиях ориентированием. | 06.09.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 2 | Спортивная топографическая карта | 13.09.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 3 | Правила соревнований по ориентированию | 20.09.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 4 | Техника ориентирования | 27.09.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 5 | Методика поиска контрольных пунктов и прохождение дистанции при помощи компаса и карты. Контрольное тестирование | 04.10.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 6 | Совершенствование техники ориентирования | 11.10.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 7 | Тестирование по оценки подготовленности по ориентированию | 18.10.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 8 | Вводное занятие по легкой атлетике. Техника безопасности при проведении занятий по легкой атлетике. | 25.10.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 9 | Подготовительные и специальные упражнения в беге |  01.11.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 10 | Техника бега на короткие дистанции |  08.11.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 11 | Техника бега на средние дистанции |  15.11.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 12 | Вводное занятие по лыжным гонкам. Техника безопасности на занятиях по лыжным гонкам |  22.11.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 13 | Прыжок в длину с места |  29.11.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 14 | Совершенствование техники прыжка в длину с места |  06.12.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 15 | Контрольное тестирование |  13.12.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 16 | Вводное занятие по лыжным гонкам. Техника безопасности |  20.12.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 17 | Техника одновременного одношажного лыжного хода |  27.12.14 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 18 | Совершенствование техники одновременного одношажного лыжного хода |  17.01.15 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |
| 19 | Техника попеременного двушажного лыжного хода |  24.01.15 | Григорьев В.В.Приходов Д.С. |