

**Тематический план занятий семинарского типа  
по дисциплине «Физическая культура и спорт для лиц с  
ограничениями жизнедеятельности и здоровья»  
для обучающихся 2023 года поступления  
по образовательной программе 39.03.02 Социальная работа,  
профиль Медико-социальная работа с населением (бакалавриат),  
форма обучения очная 2024-2025 учебный год**

| №                | Тематические блоки                 | Часы (академ.) |
|------------------|------------------------------------|----------------|
| <b>1 семестр</b> |                                    |                |
| 1                | Легкая атлетика                    | 14             |
| 2                | Плавание                           | 8              |
| 3                | Атлетическая гимнастика/пилатес    | 12             |
|                  | <i>Всего:</i>                      | 34             |
| <b>2 семестр</b> |                                    |                |
| 1                | Легкая атлетика                    | 14             |
| 2                | Плавание                           | 8              |
| 3                | Атлетическая гимнастика/пилатес    | 12             |
|                  | <i>Всего:</i>                      | 34             |
| <b>3 семестр</b> |                                    |                |
| 1                | Легкая атлетика                    | 10             |
| 2                | Баскетбол/футбол                   | 6              |
| 3                | Бадминтон                          | 6              |
| 4                | Атлетическая гимнастика/калланетик | 8              |
|                  | <i>Всего:</i>                      | 30             |
| <b>4 семестр</b> |                                    |                |
| 1                | Легкая атлетика                    | 10             |
| 2                | Баскетбол /Футбол                  | 6/6            |
| 3                | Бадминтон                          | 6              |
| 4                | Атлетическая гимнастика/калланетик | 8              |
|                  | <i>Всего:</i>                      | 30             |
| <b>5 семестр</b> |                                    |                |
| 1                | Легкая атлетика                    | 8              |
| 2                | Волейбол/футбол                    | 6/6            |
| 3                | Бадминтон/настольный теннис        | 6/6            |
| 4                | Атлетическая гимнастика/аэробика   | 6/6            |
| 5                | Дартс/миофасциальный релиз         | 4              |
|                  | <i>Всего:</i>                      | 30             |
| <b>6 семестр</b> |                                    |                |
| 1                | Легкая атлетика                    | 6              |
| 2                | Волейбол/футбол                    | 6/6            |
| 3                | Бадминтон/настольный теннис        | 6/6            |
| 4                | Атлетическая гимнастика/аэробика   | 6/6            |
| 5                | Дартс/миофасциальный релиз         | 4              |
| 6                | Промежуточная аттестация           | 2              |

|  |               |            |
|--|---------------|------------|
|  | <i>Всего:</i> | <i>30</i>  |
|  | <b>Итого:</b> | <b>188</b> |

Рассмотрено на заседании кафедры физической культуры и здоровья «28» мая 2024 г., протокол №16.

Заведующий кафедрой  
физической культуры и здоровья



С.Ю. Максимова