

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург"  
Институт адаптивной физической культуры

План одобрен Ученым советом вуза  
Протокол № 16 от 15.06.2023

План переутвержден Ученым советом вуза  
Протокол № 15 от 20.06.2024

План переутвержден Ученым советом вуза  
Протокол № 3 от 03.10.2024

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

по программе бакалавриата

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
направленность (профиль) образовательной программы: Лечебная физическая культура

Программа подготовки: академический бакалавриат
Форма обучения: Очная
Срок получения образования: 4 г.
Типы задач профессиональной деятельности
реабилитационный (восстановительный)
компенсаторный
профилактический

Год начала подготовки (по учебному плану) 2023

Образовательный стандарт (ФГОС) № 942 от 19.09.2017

**СОГЛАСОВАНО**

Проректор по УВП



Щенникова М.Ю. / Щенникова М.Ю./

-	-	-	Формы пром. атт.				з.е.		Итого акад. часов							Курс 1		Курс 2		Курс 3		Курс 4		Закрепленная кафедра	
			Экза мен	Зачет	Зачет с оц.	КР	Экспертное	Факт	Экспертное	По плану	Конт. раб.	Ауд.	СР	Конт роль	Пр. подгот	Семест р 1	Семест р 2	Семест р 3	Семест р 4	Семест р 5	Семест р 6	Семест р 7	Семест р 8	Код	Наименование
Считать в плане	Индекс	Наименование					210	210	7888	7888	3612	3612	3526	750		27	33	26	34	26	25	15	24		
<b>Блок 1. Дисциплины (модули)</b>							168	168	6376	6376	2964	2964	2770	642		27	33	26	22	20	16	12	12		
<b>Обязательная часть</b>							168	168	6376	6376	2964	2964	2770	642		27	33	26	22	20	16	12	12		
+	Б1.О.01	История России			12		4	4	144	144	116	116	16	12		2	2							33	социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеева
+	Б1.О.02	Безопасность жизнедеятельности		1			3	3	108	108	36	36	66	6		3								32	права и гражданской безопасности
+	Б1.О.03	Биохимия человека	1				3	3	108	108	54	54	36	18		3								25	биохимии
+	Б1.О.04	Физическая культура и спорт		1			2	2	72	72	30	30	36	6		2								23	теории и методики физической культуры
+	Б1.О.05	Информационные технологии в адаптивной физической культуре		1			3	3	108	108	48	48	54	6		3								22	биомеханики
+	Б1.О.06	Социальная защита инвалидов		1			4	4	144	144	62	62	76	6		4								36	теории и методики адаптивной физической культуры
+	Б1.О.07	Теория и методика обучения гимнастике		1	2		4	4	144	144	96	96	36	12		2	2							3	теории и методики гимнастики
+	Б1.О.08	Теория и методика обучения легкой атлетике		1	2		4	4	144	144	100	100	32	12		2	2							43	теории и методики легкой атлетики им. В.В. Ухова
+	Б1.О.09	Анатомия человека	2	1			6	6	216	216	108	108	84	24		3	3							24	анатомии
+	Б1.О.10	Иностранный язык	2				4	4	144	144	50	50	76	18			4							14	иностранных языков
+	Б1.О.11	История адаптивной физической культуры	2				3	3	108	108	70	70	20	18			3							36	теории и методики адаптивной физической культуры
+	Б1.О.12	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре	2				3	3	108	108	28	28	62	18			3							39	теории и методики адаптивного спорта
+	Б1.О.13	Теория и методика обучения лыжной подготовке		2			3	3	108	108	54	54	48	6			3							10	теории и методики лыжных видов спорта
+	Б1.О.14	Русский язык и культура речи		1			3	3	108	108	18	18	84	6		3								34	социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте
+	Б1.О.15	Психология		2			2	2	72	72	30	30	36	6			2							20	психологии имени А.Ц. Пуни
+	Б1.О.16	Педагогика		2			2	2	72	72	30	30	36	6			2							21	педагогике
+	Б1.О.17	Теория и методика физической культуры		2			4	4	144	144	54	54	84	6			4							23	теории и методики физической культуры
+	Б1.О.18	Менеджмент физической культуры и спорта		2			3	3	108	108	36	36	66	6			3							31	менеджмента и экономики спорта
+	Б1.О.19	Биомеханика двигательной деятельности	3				3	3	108	108	54	54	36	18				3						22	биомеханики
+	Б1.О.20	Теория и организация адаптивной физической культуры	3			3	6	6	216	216	108	108	90	18				6						36	теории и методики адаптивной физической культуры
+	Б1.О.21	Врачебный контроль в адаптивной физической культуре	3				3	3	108	108	36	36	54	18				3						36	теории и методики адаптивной физической культуры
+	Б1.О.22	Философия		3			3	3	108	108	48	48	54	6				3						33	социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеева
+	Б1.О.23	Общая патология и тератология		3			2	2	72	72	48	48	18	6				2						27	профилактической медицины и основ здоровья
+	Б1.О.24	Основы российской государственности		3			1	1	36	36	18	18	12	6				1						33	социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеева
+	Б1.О.25	Теория и методика обучения плаванию		3	4		2	2	72	72	48	48	12	12				1	1					6	теории и методики плавания
+	Б1.О.26	Теория и методика обучения спортивным и подвижным играм		3	4		6	6	216	216	116	116	88	12				3	3					7	теории и методики спортивных игр
+	Б1.О.27	Физиология человека	4	3		4	8	8	288	288	108	108	156	24				4	4					26	физиологии
+	Б1.О.28	Адаптивный спорт	4				3	3	108	108	36	36	54	18					3					39	теории и методики адаптивного спорта
+	Б1.О.29	Спортивная медицина	4				3	3	108	108	36	36	54	18					3					42	спортивной медицины и комплексной реабилитации
+	Б1.О.30	Профилактика негативных социальных явлений		4			3	3	108	108	44	44	58	6					3					36	теории и методики адаптивной физической культуры
+	Б1.О.31	Частная патология		4			3	3	108	108	44	44	58	6					3					27	профилактической медицины и основ здоровья
+	Б1.О.32	Частные методики адаптивной физической культуры	6	4	5	6	9	9	324	324	144	144	150	30					2	3	4			36	теории и методики адаптивной физической культуры
+	Б1.О.33	Психология развития	5				3	3	108	108	36	36	54	18					3					36	теории и методики адаптивной физической культуры
+	Б1.О.34	Специальная педагогика	5				3	3	108	108	36	36	54	18					3					36	теории и методики адаптивной физической культуры
+	Б1.О.35	Научно-методическая деятельность		5			3	3	108	108	46	46	56	6					3					21	педагогике
+	Б1.О.36	Технологии физкультурно-спортивной деятельности	6	5			9	9	324	324	162	162	138	24					5	4				39	теории и методики адаптивного спорта
+	Б1.О.37	Лечебная физическая культура при заболеваниях у детей и подростков	6		5		6	6	216	216	84	84	108	24					3	3				39	теории и методики адаптивного спорта
+	Б1.О.38	Профилактика применения допинга		6			2	2	72	72	36	36	30	6						2				25	биохимии
+	Б1.О.39	Специальная психология	6				3	3	108	108	36	36	54	18					3					36	теории и методики адаптивной физической культуры
+	Б1.О.40	Математическая статистика в физической культуре и спорте		7			2	2	72	72	36	36	30	6							2			22	биомеханики
+	Б1.О.41	Физическая реабилитация	7				4	4	144	144	54	54	72	18							4			38	физической реабилитации



+	ФТД.01	Цифровые образовательные ресурсы		1		1	1	36	36	8	8	22	6		1							34	социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте	
+	ФТД.02	Основы медицинских знаний		2		3	3	108	108	46	46	56	6			3							27	профилактической медицины и основ здоровья
+	ФТД.03	Адаптивная физическая культура, основанная на взаимодействии человека с животными		4		2	2	72	72	30	30	36	6					2					36	теории и методики адаптивной физической культуры
+	ФТД.04	Эрготерапия в адаптивной физической культуре		6		2	2	72	72	30	30	36	6							2			39	теории и методики адаптивного спорта





№	Индекс	Наименование	Семестр 5											Семестр 6											Итого за курс											Каф.	Наименование кафедры	Семестр											
			Контроль	Академических часов							з.е.	Неделя	Контроль	Академических часов							з.е.	Неделя	Контроль	Академических часов							з.е.	Неделя																	
				Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	Сем	СР				Конт роль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	Сем				СР	Конт роль	з.е.	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб			Пр	Сем	СР				Конт роль	Всего	з.е.								
ИТОГО (с факультативами)				<b>1000</b>									<b>26</b>	19	2/6		<b>1344</b>									<b>36</b>	22	1/6		<b>2344</b>								<b>62</b>	41	3/6									
ИТОГО по ОП (без факультативов)				<b>1000</b>									<b>26</b>				<b>1272</b>									<b>34</b>				<b>2272</b>								<b>60</b>											
УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА, (акад.час/нед)	ОП, факультативы (в период ТО)			<b>51,4</b>													<b>59,3</b>													<b>55,4</b>																			
	ОП, факультативы (в период экз. сес.)			<b>56</b>													<b>54</b>													<b>55</b>																			
	Ауд. нагр. (ОП - элект. курсы по физ.к.)			<b>23</b>													<b>26,2</b>													<b>24,6</b>																			
	Конт. раб. (ОП - элект. курсы по физ.к.)			<b>23</b>													<b>26,2</b>													<b>24,6</b>																			
	Ауд. нагр. (элект. курсы по физ.к.)			<b>3,3</b>													<b>3</b>													<b>3,2</b>																			
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ)				<b>1000</b>	<b>468</b>	<b>166</b>			<b>302</b>			<b>448</b>	<b>84</b>	<b>26</b>	ТО: 17 5/6 Э: 1 1/2		<b>948</b>	<b>412</b>	<b>152</b>		<b>260</b>			<b>428</b>	<b>108</b>	<b>25</b>	ТО: 14 1/6 Э: 2		<b>1948</b>	<b>880</b>	<b>318</b>		<b>562</b>			<b>876</b>	<b>192</b>	<b>51</b>	ТО: 32 Э: 3 1/2										
1	Б1.О.32	Частные методики адаптивной физической культуры	ЗаО	108	54	20		34				48	6	3		Эк КР	144	54	20		34			72	18	4		Эк ЗаО КР	252	108	40		68		120	24	7		36	теории и методики адаптивной физической культуры	456								
2	Б1.О.33	Психология развития	Эк	108	36	16		20				54	18	3														Эк	108	36	16		20		54	18	3		36	теории и методики адаптивной физической культуры	5								
3	Б1.О.34	Специальная педагогика	Эк	108	36	16		20				54	18	3													Эк	108	36	16		20		54	18	3		36	теории и методики адаптивной физической культуры	5									
4	Б1.О.35	Научно-методическая деятельность	За	108	46	20		26				56	6	3													За	108	46	20		26		56	6	3		21	педагогика	5									
5	Б1.О.36	Технологии физкультурно-спортивной деятельности	За	180	108	40		68				66	6	5		Эк	144	54	20		34			72	18	4		Эк За	324	162	60		102		138	24	9		39	теории и методики адаптивного спорта	56								
6	Б1.О.37	Лечебная физическая культура при заболеваниях у детей и подростков	ЗаО	108	36	16		20				66	6	3		Эк	108	48	22		26			42	18	3		Эк ЗаО	216	84	38		46		108	24	6		39	теории и методики адаптивного спорта	56								
7	Б1.О.38	Профилактика применения допинга														За	72	36	14		22			30	6	2		За	72	36	14		22		30	6	2		25	биохимии	6								
8	Б1.О.39	Специальная психология														Эк	108	36	16		20			54	18	3		Эк	108	36	16		20		54	18	3		36	теории и методики адаптивной физической культуры	6								
9	Б1.О.ДЭ.01.01	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту	За	64	58			58				6				За	48	42			42			6				За(2)	112	100			100		12						234567								
10	Б1.О.ДЭ.01.01.05	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Музыкально-ритмическое воспитание	За	64	58			58				6												6				За	64	58			58		6				3	теории и методики гимнастики	5								
11	Б1.О.ДЭ.01.01.06	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Бочче														За	48	42			42			6				За	48	42			42		6				39	теории и методики адаптивного спорта	6								
12	Б1.О.ДЭ.01.02	Спортивные игры в адаптивной физической культуре	За	64	58			58				6				За	48	42			42			6				За(2)	112	100			100		12				39	теории и методики адаптивного спорта	234567								
13	Б1.В.01	Лечебная физическая культура при заболеваниях нервной системы	Эк	216	94	38		56				104	18	6													Эк	216	94	38		56		104	18	6		38	физической реабилитации	5									
14	Б1.В.02	Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы														За	108	48	22		26			54	6	3		За	108	48	22		26		54	6	3		38	физической реабилитации	67								
15	Б1.В.ДЭ.03.01	Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения														Эк	216	94	38		56			104	18	6		Эк	216	94	38		56		104	18	6		38	физической реабилитации	6								
16	Б1.В.ДЭ.03.02	Лечебная физическая культура при патологии обмена веществ														Эк	216	94	38		56			104	18	6		Эк	216	94	38		56		104	18	6		38	физической реабилитации	6								
17	ФТД.04	Эрготерапия в адаптивной физической культуре														За	72	30	12		18			36	6	2		За	72	30	12		18		36	6	2		39	теории и методики адаптивного спорта	6								
ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ			Эк(3) За(3) ЗаО(2)											Эк(5) За(4) КР											Эк(8) За(7) ЗаО(2) КР																								
ПРАКТИКИ			(План)																																														
	Б2.О.01(У)	Учебная практика (Педагогическая практика)	ЗаО												ЗаО	324	4			4				314	6	9	6		ЗаО	324	4			4		314	6	9	6		39	теории и методики адаптивного спорта	6						
ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ			(План)																																														
КАНИКУЛЫ														1											7 3/6											8 3/6													





		Итого					Курс 1			Курс 2			Курс 3			Курс 4				
		Баз.%	Вар.%	ДЭ(от Вар.)%	з.е.			Всего	Сем. 1	Сем. 2	Всего	Сем. 3	Сем. 4	Всего	Сем. 5	Сем. 6	Всего	Сем. 7	Сем. 8	
					Мин.	Макс.	Факт													
	Итого (с факультативами)				242	250	248	64	28	36	62	26	36	62	26	36	60	24	36	
	Итого по ОП (без факультативов)				240	240	240	60	27	33	60	26	34	60	26	34	60	24	36	
Б1	Дисциплины (модули)	80%	20%	57.1%	210	210	210	60	27	33	60	26	34	51	26	25	39	15	24	
Б1.О	Обязательная часть				168	168	168	60	27	33	48	26	22	36	20	16	24	12	12	
Б1.В	Часть, формируемая участниками образовательных отношений				42	42	42				12		12	15	6	9	15	3	12	
Б2	Практика	43%	57%	0%	21	21	21							9		9	12	9	3	
Б2.О	Обязательная часть					9	9							9		9				
Б2.В	Часть, формируемая участниками образовательных отношений					12	12										12	9	3	
Б3	Государственная итоговая аттестация				9	9	9										9		9	
ФТД	Факультативы				2	10	8	4	1	3	2		2	2		2				
	Учебная нагрузка (акад.час/нед)	ОП, факультативы (в период ТО)					54.7	-	52.5	55.7	-	50.9	61	-	51.4	59.3	-	44.8	60	
		ОП, факультативы (в период экз. сессий)					57	-	86.4	63	-	52.4	60	-	56	54	-	45	50.4	
		в период гос. экзаменов						-			-			-			-		54	
	Контактная работа в период ТО (акад.час/нед)	ОП без элект. дисциплин по физ.к.					25.5	-	26.4	28.2	-	25.9	27.2	-	23	26.2	-	18.5	26.2	
		элективные дисциплины по физ.к.					2.2	-		2.7	-	2.1	2.8	-	3.3	3	-	3.8		
	Суммарная контактная работа (акад. час)	Блок Б1					3612	-	452	622	-	484	572	-	468	412	-	262	340	
		в том числе по элект. дисц. по ф.к.					286	-		54	-	36	52	-	58	42	-	44		
		Блок Б2					12	-			-			-		4	-	4	4	
		Блок Б3					12	-			-			-			-		12	
		Блок ФТД					114	-	8	46	-		30	-		30	-			
	Итого по всем блокам					3750	-	460	668	-	484	602	-	468	446	-	266	356		
	Обязательные формы промежуточной аттестации	ЭКЗАМЕН (Эк)						5	1	4	7	3	4	8	3	5	8	2	6	
		ЗАЧЕТ (За)						14	8	6	12	7	5	6	3	3	6	4	2	
		ЗАЧЕТ С ОЦЕНКОЙ (ЗаО)						4	1	3	2		2	3	2	1	2	1	1	
		КУРСОВАЯ РАБОТА (КР)									2	1	1	1		1				
	Процент ... занятий от аудиторных (%)	лекционных					34.46%													
	Объём обязательной части от общего объёма программы (%)						73.8%													
	Объём конт. работы от общего объёма времени на реализацию дисциплин (модулей) (%)						45.79%													