

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»

План одобрен Ученым советом вуза
Протокол № 15 от 24.06.2022

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

по программе бакалавриата



Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) образовательной программы: Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: Заочная

Срок получения образования: 4 г. 8 м.

Типы задач профессиональной деятельности

научно-исследовательский

педагогический

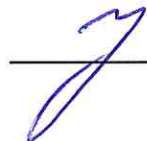
рекреационный

Год начала подготовки (по учебному плану) 2020

Образовательный стандарт (ФГОС) № 940 от 19.09.2017

СОГЛАСОВАНО

Проректор по УВР

 / Соловьев В.Б./

-	-	-	Формы пром. атт.					з.е.		Итого акад. часов							Курс 1	Курс 2	Курс 3	Курс 4	Курс 5	Закрепленная кафедра		
			Экза мен	Зачет	Зачет с оц.	КР	Контр.	Экспер тное	Факт	Экспер тное	По плану	Конт. раб.	Ауд.	СР	Конт роль	Пр. подгот	з.е. на курсе	з.е. на курсе	з.е. на курсе	з.е. на курсе	з.е. на курсе	Код	Наименование	
Блок 1. Дисциплины (модули)									201	201	7564	7564	764	764	6332	468		37	43	47	44	30		
Обязательная часть									135	135	5188	5188	568	568	4282	338		34	34	35	17	15		
+	Б1.О.01	Иностранный язык	11				11	6	6	216	216	16	16	182	18		6					13	Иностранных языков	
+	Б1.О.02	История (история России, всеобщая история)	1				1	3	3	108	108	10	10	89	9		3					32	Социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеевца	
+	Б1.О.03	Философия		2			2	3	3	108	108	10	10	94	4			3				32	Социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеевца	
+	Б1.О.04	Безопасность жизнедеятельности	5				5	3	3	108	108	8	8	91	9					3		31	Права и гражданской безопасности	
+	Б1.О.05	Физическая культура и спорт		2			2	2	2	72	72	8	8	60	4			2				22	ТМ ФК	
+	Б1.О.06	Русский язык и культура речи		1			1	3	3	108	108	4	4	100	4		3					33	Социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте	
+	Б1.О.07	Информационные технологии в физической культуре и спорте		2			2	3	3	108	108	10	10	94	4			3				21	Биомеханики	
+	Б1.О.08	Анатомия человека	12				12	6	6	216	216	28	28	170	18		3	3				23	Анатомии	
+	Б1.О.09	Физиология человека	23			3	23	6	6	216	216	28	28	170	18			3	3			25	Физиологии	
+	Б1.О.10	Биохимия человека	2				2	3	3	108	108	14	14	85	9			3				24	Биохимии	
+	Б1.О.11	Биомеханика двигательной деятельности	3				3	3	3	108	108	16	16	83	9				3			21	Биомеханики	
+	Б1.О.12	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	4				4	3	3	108	108	10	10	89	9					3		26	Профилактической медицины и основ здоровья	
+	Б1.О.13	Основы медицинских знаний		2			2	3	3	108	108	8	8	96	4			3				26	Профилактической медицины и основ здоровья	
+	Б1.О.14	Психология и педагогика			11		11	4	4	144	144	20	20	116	8		4							
+	Б1.О.14.01	Психология			1		1	2	2	72	72	10	10	58	4		2					19	Психологии им. А.Ц. Пуни	
+	Б1.О.14.02	Педагогика			1		1	2	2	72	72	10	10	58	4		2					20	Педагогике	
+	Б1.О.15	Педагогика физической культуры и спорта	4				4	3	3	108	108	14	14	85	9					3		20	Педагогике	
+	Б1.О.16	Психология физической культуры и спорта	4				4	3	3	108	108	14	14	85	9					3		19	Психологии им. А.Ц. Пуни	
+	Б1.О.17	История физической культуры и спорта	2				2	3	3	108	108	10	10	89	9			3				32	Социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеевца	
+	Б1.О.18	Теория и методика физической культуры	33			3	33	6	6	216	216	28	28	170	18				6			22	ТМ ФК	
+	Б1.О.19	Научно-методическая деятельность		5			5	3	3	108	108	8	8	96	4						3	20	Педагогике	
+	Б1.О.20	Пропаганда и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта		4			4	2	2	72	72	8	8	60	4					2		33	Социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте	
+	Б1.О.21	Профилактика негативных социальных явлений средствами физической культуры и спорта		5			5	3	3	108	108	8	8	96	4						3	19	Психологии им. А.Ц. Пуни	
+	Б1.О.22	Социология физической культуры		5			5	3	3	108	108	8	8	96	4						3	32	Социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеевца	
+	Б1.О.23	Менеджмент физической культуры и спорта	3				3	3	3	108	108	8	8	91	9				3			30	Менеджмента и экономики спорта	
+	Б1.О.24	Экономика физической культуры и спорта		5			5	3	3	108	108	8	8	96	4						3	30	Менеджмента и экономики спорта	
+	Б1.О.25	Математическая статистика в физической культуре и спорте		3			3	3	3	108	108	10	10	94	4				3			21	Биомеханики	
+	Б1.О.26	Правовые основы профессиональной деятельности		2			2	3	3	108	108	10	10	94	4			3				31	Права и гражданской безопасности	
+	Б1.О.27	Профессиональная этика		3			3	3	3	108	108	8	8	96	4				3			20	Педагогике	
+	Б1.О.28	Спортивные сооружения		3			3	2	2	72	72	6	6	62	4				2			30	Менеджмента и экономики спорта	
+	Б1.О.29	Профилактика применения допинга		3			3	2	2	72	72	6	6	62	4				2			24	Биохимии	
+	Б1.О.30	Теория спорта	4				4	3	3	108	108	14	14	85	9					3		22	ТМ ФК	
+	Б1.О.31	Теория и методика обучения базовым видам спорта		11123	1123		111112233	21	21	756	756	94	94	626	36		11	4	6					
+	Б1.О.31.01	Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика		1	1		11	4	4	144	144	24	24	112	8		4					3	ТМ гимнастики	
+	Б1.О.31.02	Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика		1	1		11	4	4	144	144	20	20	116	8		4					5	ТМ легкой атлетики	
+	Б1.О.31.03	Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание		2	2		22	4	4	144	144	20	20	116	8			4				6	ТМ плавания	
+	Б1.О.31.04	Теория и методика обучения базовым видам спорта: лыжный спорт		1			1	3	3	108	108	14	14	90	4		3					10	ТМ лыжных видов спорта	
+	Б1.О.31.05	Теория и методика обучения базовым видам спорта: спортивные и подвижные игры		3	3		33	6	6	216	216	16	16	192	8				6			7	ТМ спортивных игр	
+	Б1.О.32	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (по избранному виду спорта)		11223						328	328	28	28	280	20							38	Кафедры Университета по профилю подготовки	
+	Б1.О.33	Теория и методика избранного вида спорта	1234	1234			1122334	15	15	540	540	88	88	400	52		4	4	4	3				
Часть, формируемая участниками образовательных отношений									66	66	2376	2376	196	196	2050	130		3	9	12	27	15		
+	Б1.В.01	Физическая рекреация	4				4	3	3	108	108	8	8	91	9						3	22	ТМ ФК	
+	Б1.В.02	Здоровый образ жизни	4				4	3	3	108	108	8	8	91	9						3	26	Профилактической медицины и основ здоровья	

+	Б1.В.03	Лечебная физическая культура	4			4	3	3	108	108	8	8	91	9					3		28	Спортивной медицины и технологий здоровья		
+	Б1.В.04	Спортивно-оздоровительный мониторинг	5			5	3	3	108	108	10	10	89	9						3	27	ТиМ МФОР		
+	Б1.В.05	Массаж		5		5	3	3	108	108	8	8	96	4						3	29	Комплексной реабилитации		
+	Б1.В.06	Нутрициология	4			4	3	3	108	108	8	8	91	9					3		26	Профилактической медицины и основ здоровья		
+	Б1.В.07	Спортивная биохимия		4		4	3	3	108	108	14	14	90	4					3		24	Биохимии		
+	Б1.В.08	Спортивная метрология		2		2	3	3	108	108	10	10	94	4			3				21	Биомеханики		
+	Б1.В.09	Вожатская деятельность		3		3	3	3	108	108	10	10	94	4			3				20	Педагогике		
+	Б1.В.10	Культурология		2		2	3	3	108	108	6	6	98	4			3				32	Социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеевца		
+	Б1.В.11	Тренажеры в физической культуре и спорте		5		5	3	3	108	108	6	6	98	4							21	Биомеханики		
+	Б1.В.12	Технологии физкультурно-оздоровительной деятельности	4	33		4	334	12	12	432	432	36	36	379	17			6	6		27	ТиМ МФОР		
+	Б1.В.13	Профессионально-физкультурное совершенствование в избранном виде спорта		112233 445			112233 445	15	15	540	540	44	44	460	36		3	3	3	3	3			
+	Б1.В.ДВ.01	Дисциплины по выбору 1		4		4	3	3	108	108	10	10	94	4					3					
+	Б1.В.ДВ.01.01	Оздоровительное плавание		4		4	3	3	108	108	10	10	94	4					3		6	ТиМ плавания		
-	Б1.В.ДВ.01.02	Детско-юношеский туризм		4		4	3	3	108	108	10	10	94	4					3		18	ТиМ неолимпийских видов спорта		
+	Б1.В.ДВ.02	Дисциплины по выбору 2		5		5	3	3	108	108	10	10	94	4							3			
+	Б1.В.ДВ.02.01	Комплексный контроль занимающихся физкультурно-оздоровительной деятельностью		5		5	3	3	108	108	10	10	94	4							3	27	ТиМ МФОР	
-	Б1.В.ДВ.02.02	Организация дополнительного образования детей		5		5	3	3	108	108	10	10	94	4							3	20	Педагогике	
Блок 2. Практика											30	30	1080	1080	16	16	1052	12			9	15	6	
Обязательная часть											15	15	540	540	8	8	524	8			9		6	
+	Б2.О.01(У)	Учебная практика (Педагогическая практика)			3			9	9	324	324	4	4	316	4				9					
+	Б2.О.02(Гд)	Производственная практика (Преддипломная практика)			5			6	6	216	216	4	4	208	4						6			
Часть, формируемая участниками образовательных отношений											15	15	540	540	8	8	528	4				15		
+	Б2.В.01(П)	Производственная практика (Профессионально-ориентированная практика)			4			15	15	540	540	8	8	528	4					15				
Блок 3. Государственная итоговая аттестация											9	9	324	324	10	10	296	18					9	
+	Б3.01(Д)	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	5					6	6	216	216	4	4	203	9						6			
+	Б3.02(Г)	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	5					3	3	108	108	6	6	93	9						3			
ФТД. Факультативы											4	4	144	144	16	16	120	8		2	2			
+	ФТД.01	Аквафитнес		2				2	2	72	72	8	8	60	4				2			6	ТиМ плавания	
+	ФТД.02	Правовая культура в РФ		1				2	2	72	72	8	8	60	4			2				31	Права и гражданской безопасности	

№	Индекс	Наименование	Зимняя сессия										Летняя сессия										Итого за курс										Каф.	Наименование кафедры	Курсы				
			Контроль	Академических часов						Дней	Контроль	Академических часов						Дней	Контроль	Академических часов						з.е.	Неделя												
				Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	СР			Конт роль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр			СР	Конт роль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб			Пр	СР	Конт роль	Всего								
ИТОГО (с факультативами)				892									20		648										19		1540							39	42				
ИТОГО по ОП (без факультативов)				892											576												1468						37						
УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА, ОП, факультативы (акад.час/нед)																											36,7												
КОНТАКТНАЯ РАБОТА, ОП (час/год)																											166												
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ)				892	102	26			76	736	54				648	76	16			60	525	47				1540	178	42			136	1261	101	39	ТО: 42 Э:				
1	Б1.О.01	Иностранный язык	Эк К	108	8				8	91	9			Эк К	108	8				8	91	9			Эк(2) К(2)	216	16				16	182	18	6	13	Иностранных языков	1		
2	Б1.О.02	История (история России, всеобщая история)	Эк К	108	10	6			4	89	9														Эк К	108	10	6			4	89	9	3	32	Социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеевца	1		
3	Б1.О.06	Русский язык и культура речи	За К	108	4				4	100	4														За К	108	4				4	100	4	3	33	Социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте	1		
4	Б1.О.08	Анатомия человека												Эк К	108	14	6			8	85	9				Эк К	108	14	6			8	85	9	3	23	Анатомии	12	
5	Б1.О.14	Психология и педагогика	ЗаО(2) К(2)	144	20	12			8	116	8														ЗаО(2) К(2)	144	20	12			8	116	8	4			1		
6	Б1.О.14.01	Психология	ЗаО К	72	10	6			4	58	4														ЗаО К	72	10	6			4	58	4	2	19	Психологии им. А.Ц. Пуни	1		
7	Б1.О.14.02	Педагогика	ЗаО К	72	10	6			4	58	4														ЗаО К	72	10	6			4	58	4	2	20	Педагогика	1		
8	Б1.О.31	Теория и методика обучения базовым видам спорта	За(3) К(3)	252	36	8			28	204	12			ЗаО(2) К(2)	144	22	6			16	114	8				За(3) ЗаО(2) К(5)	396	58	14			44	318	20	11			123	
9	Б1.О.31.01	Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика	За К	72	12	4			8	56	4			ЗаО К	72	12	4			8	56	4				За ЗаО К(2)	144	24	8			16	112	8	4	3	Тим гимнастики	1	
10	Б1.О.31.02	Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика	За К	72	10	2			8	58	4			ЗаО К	72	10	2			8	58	4				За ЗаО К(2)	144	20	4			16	116	8	4	5	Тим легкой атлетики	1	
11	Б1.О.31.04	Теория и методика обучения базовым видам спорта: лыжный спорт	За К	108	14	2			12	90	4															За К	108	14	2			12	90	4	3	10	Тим лыжных видов спорта	1	
12	Б1.О.32	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (по избранному виду спорта)	За	64	6				6	54	4			За	72	6				6	62	4					За(2)	136	12				12	116	8		38	Кафедры Университета по профилю подготовки	123
13	Б1.О.33	Теория и методика избранного вида спорта	За К	72	12				12	56	4			Эк К	72	12				12	51	9				Эк За К(2)	144	24				24	107	13	4	38	Кафедры Университета по профилю подготовки	1234	
14	Б1.В.13	Профессионально-физкультурное совершенствование в избранном виде спорта	За К	36	6				6	26	4			За К	72	6				6	62	4				За(2) К(2)	108	12				12	88	8	3	38	Кафедры Университета по профилю подготовки	12345	
15	ФТД.02	Правовая культура в РФ												За	72	8	4			4	60	4				За	72	8	4			4	60	4	2	31	Права и гражданской безопасности	1	
ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ				Эк(2) За(7) ЗаО(2) К(10)											Эк(3) За(3) ЗаО(2) К(6)											Эк(5) За(10) ЗаО(4) К(16)													
ПРАКТИКИ				(План)																																			
ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ				(План)																																			
КАНИКУЛЫ																																						8	

№	Индекс	Наименование	Зимняя сессия											Летняя сессия											Итого за курс											Каф.	Наименование кафедры	Курсы																														
			Контроль	Академических часов						Дней	Контроль	Академических часов						Дней	Контроль	Академических часов						з.в.	Неделя																																									
				Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	СР			Конт роль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр			СР	Конт роль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб			Пр	СР	Конт роль	Всего																																					
ИТОГО (с факультативами)				1072									18		708												1780								45	42 1/6																																
ИТОГО по ОП (без факультативов)				1000											708												1708								43																																	
УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА, ОП, факультативы (акад.час/нед)																										42,3																																										
КОНТАКТНАЯ РАБОТА, ОП (час/год)																										170																																										
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ)				1072	118	40			78	891	63				708	72	24			48	594	42				1780	190	64			126	1485	105	45	ТО: 42 1/6 Э:																																	
1	Б1.О.03	Философия	За К	108	10	6		4	94	4				За К											За К	108	10	6		4	94	4	3		32	Социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеевца	2																															
2	Б1.О.05	Физическая культура и спорт	За К	72	8	8				60	4			За К	72	8	8					60	4	2		За К	72	8	8					60	4	2		22	ТИМ ФК	2																												
3	Б1.О.07	Информационные технологии в физической культуре и спорте	За К	108	10	4		6	94	4				За К	108	10	4			6	94	4	3			За К	108	10	4		6	94	4	3		21	Биомеханики	2																														
4	Б1.О.08	Анатомия человека	Эк К	108	14	6		8	85	9				Эк К	108	14	6			8	85	9	3			Эк К	108	14	6		8	85	9	3		23	Анатомии	12																														
5	Б1.О.09	Физиология человека	Эк К	108	14	6		8	85	9				Эк К	108	14	6			8	85	9	3			Эк К	108	14	6		8	85	9	3		25	Физиологии	23																														
6	Б1.О.10	Биохимия человека	Эк К	108	14	6		8	85	9				Эк К	108	14	6			8	85	9	3			Эк К	108	14	6		8	85	9	3		24	Биохимии	2																														
7	Б1.О.13	Основы медицинских знаний	К	108	8	4		4	96	4				За												За К	108	8	4		4	96	4	3		26	Профилактической медицины и основ здоровья	2																														
8	Б1.О.17	История физической культуры и спорта	Эк К	108	10	6		4	89	9				Эк К	108	10	6			4	89	9	3			Эк К	108	10	6		4	89	9	3		32	Социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеевца	2																														
9	Б1.О.26	Правовые основы профессиональной деятельности												За К	108	10	6		4	94	4					За К	108	10	6		4	94	4	3		31	Права и гражданской безопасности	2																														
10	Б1.О.31	Теория и методика обучения базовым видам спорта	За К	72	10	2		8	58	4				ЗаО К	72	10	2		8	58	4					За ЗаО К(2)	144	20	4		16	116	8	4				123																														
11	Б1.О.31.03	Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание	За К	72	10	2		8	58	4				ЗаО К	72	10	2		8	58	4					За ЗаО К(2)	144	20	4		16	116	8	4		6	ТИМ плавания	2																														
12	Б1.О.32	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (по избранному виду спорта)	За	64	6			6	54	4				За	96	6			6	86	4					За(2)	160	12			12	140	8			38	Кафедры Университета по профилю подготовки	123																														
13	Б1.О.33	Теория и методика избранного вида спорта	За К	72	12			12	56	4				Эк К	72	12			12	51	9					Эк За К(2)	144	24			24	107	13	4		38	Кафедры Университета по профилю подготовки	1234																														
15	Б1.В.08	Спортивная метрология	За К	108	10	2		8	94	4				За К	108	10	2		8	94	4	3				За К	108	10	2		8	94	4	3		21	Биомеханики	2																														
16	Б1.В.10	Культурология												За К	108	6	2		4	98	4					За К	108	6	2		4	98	4	3		32	Социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеевца	2																														
17	Б1.В.13	Профессионально-физкультурное совершенствование в избранном виде спорта	За К	36	6			6	26	4				За К	72	6			6	62	4					За(2) К(2)	108	12			12	88	8	3		38	Кафедры Университета по профилю подготовки	12345																														
19	ФТД.01	Аквафитнес	За	72	8	4		4	60	4				За	72	8	4		4	60	4	2				За	72	8	4		4	60	4	2		6	ТИМ плавания	2																														
ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ				Эк(3) За(8) К(10)										Эк(2) За(6) ЗаО К(7)										Эк(5) За(14) ЗаО К(17)																																												
ПРАКТИКИ				(План)																																																																
ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ				(План)																																																																
КАНИКУЛЫ																																																										8										

		Итого					Курс 1	Курс 2	Курс 3	Курс 4	Курс 5	
		Баз.%	Вар.%	ДВ(от Вар.)%	з.е.							
					Мин.	Макс.						Факт
	Итого (с факультативами)					246	244	39	45	56	59	45
	Итого по ОП (без факультативов)					240	240	37	43	56	59	45
Б1	Дисциплины (модули)	67%	33%	31.8%		201	201	37	43	47	44	30
Б1.О	Обязательная часть					135	135	34	34	35	17	15
Б1.В	Часть, формируемая участниками образовательных отношений					66	66	3	9	12	27	15
Б2	Практика	50%	50%	0%		30	30			9	15	6
Б2.О	Обязательная часть					12	15			9		6
Б2.В	Часть, формируемая участниками образовательных отношений					18	15				15	
Б3	Государственная итоговая аттестация					9	9					9
ФТД	Факультативы					6	4	2	2			
	Учебная нагрузка (акад.час/нед)	ОП, факультативы					45.2	36.7	42.3	49	50.6	49.9
		в период гос. экзаменов										54
	Контактная работа (акад.час/год)	обязательная					148.8	166	170	178	164	78
		необязательная					12	12	20	4		
	Суммарная контактная работа (акад. час)	Блок Б1					764	170	182	178	156	78
		в том числе по элект. дисц. по ф.к.					28	12	12	4		
		Блок Б2					16			4	8	4
		Блок Б3					10					10
		Блок ФТД					16	8	8			
		Итого по всем блокам					806	178	190	182	164	92
	Аудиторная нагрузка (акад.час/год)	обязательная					148.8	166	170	178	164	78
	Обязательные формы промежуточной аттестации	ЭКЗАМЕН (Эк)						5	5	6	10	4
		ЗАЧЕТ (За)						9	13	12	6	7
		ЗАЧЕТ С ОЦЕНКОЙ (ЗаО)						4	1	2	1	2
		КУРСОВАЯ РАБОТА (КР)								2	1	
		КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА (К)						16	17	18	15	10
	Процент ... занятий от аудиторных (%)	лекционных					33.43%					
	Объём обязательной части от общего объёма программы (%)						62.5%					
	Объём конт. работы от общего объёма времени на реализацию дисциплин (модулей) (%)						10.1%					

Начальник УМУ _____ Паульс А.А.

Руководитель ОПОП _____ Мосунова М.Д.

Декан ФУПП _____ Войнова С.Е.