

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 20.06.2024

План переутвержден Ученым советом вуза
Протокол № 13 от 26.06.2025

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

по программе бакалавриата

49.03.04

Направление подготовки 49.03.04 Спорт
направленность (профиль) образовательной программы: Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация: Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения: Очная

Срок получения образования: 4 г.

Типы задач профессиональной деятельности

тренерский;

педагогический;

Год начала подготовки (по учебному плану)

Образовательный стандарт (ФГОС)

2024

№ 886 от 25.09.2019

СОГЛАСОВАНО

Проректор по УВР

Начальник управления развития образования
и карьеры

 / Шенникова М.Ю./

 / Брейдер Н.А./

-	-	-	-	Формы пром. атт.				з.е.		Итого акад. часов							Курс 1		Курс 2		Курс 3		Курс 4		Наименование	
				Экза мен	Зачет	Зачет с оц.	КР	Экспер тное	Факт	Экспер тное	По плану	Конт. раб.	Ауд.	СР	Конт роль	Пр. подгот	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.		
Считать в плане	Индекс	Наименование	Экза мен	Зачет	Зачет с оц.	КР	Экспер тное	Факт	Экспер тное	По плану	Конт. раб.	Ауд.	СР	Конт роль	Пр. подгот	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	Наименование	
		Блок 1. Дисциплины (модули)					195	195	7348	7348	3622	3622	2982	744		28	30	29	33	28	17	14	16			
		Обязательная часть					168	168	6376	6376	3094	3094	2622	660		26	28	27	31	21	15	12	8			
+	B1.O.01	История России			12		4	4	144	144	116	116	16	12		2	2							социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеева		
+	B1.O.02	Педагогика			1		2	2	72	72	30	30	36	6		2								педагогики		
+	B1.O.03	Психология			1		2	2	72	72	30	30	36	6		2								психологии имени А.Ц. Пуни		
+	B1.O.04	Русский язык и культура речи		1			3	3	108	108	18	18	84	6		3								социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте		
+	B1.O.05	История физической культуры и спорта	1				3	3	108	108	34	34	56	18		3								социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеева		
+	B1.O.06	Анатомия человека	2		1		6	6	216	216	100	100	92	24		3	3							анатомии		
+	B1.O.07	Иностранный язык	2		1		6	6	216	216	96	96	96	24		3	3							иностранных языков		
+	B1.O.08	Биохимия человека			2		4	4	144	144	48	48	90	6		4								биохимии		
+	B1.O.09	Безопасность жизнедеятельности		2			3	3	108	108	28	28	74	6		3								права и гражданской безопасности		
+	B1.O.10	Информационные технологии в физической культуре и спорте		2			2	2	72	72	24	24	42	6		2								биомеханики		
+	B1.O.11	Спортивная биохимия	3				2	2	72	72	32	32	22	18			2							биохимии		
+	B1.O.12	Биомеханика двигательных действий человека	3				3	3	108	108	48	48	42	18			3							биомеханики		
+	B1.O.13	Спортивная метрология		3			2	2	72	72	32	32	34	6			2							биомеханики		
+	B1.O.14	Пропаганда и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта		3			2	2	72	72	32	32	34	6			2							социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте		
+	B1.O.15	Основы российской государственности		3			2	2	72	72	32	32	34	6			2							социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеева		
+	B1.O.16	Создание и реализация проектов		3			1	1	36	36	16	16	14	6			1							менеджмента и экономики спорта		
+	B1.O.17	Научно-методическая деятельность			3		2	2	72	72	32	32	34	6			2							педагогики		
+	B1.O.18	Физиология человека	4		3	4	6	6	216	216	96	96	96	24			3	3						физиологии		
+	B1.O.19	Правоведение и антикоррупционные стандарты поведения		4			2	2	72	72	32	32	34	6				2							права и гражданской безопасности	
+	B1.O.20	Физическая культура и спорт		4			2	2	72	72	16	16	50	6				2							теории и методики физической культуры	
+	B1.O.21	Философия			4		2	2	72	72	32	32	34	6				2							социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеева	
+	B1.O.22	Математическая статистика в физической культуре и спорте		4			2	2	72	72	32	32	34	6				2							биомеханики	
+	B1.O.23	Цифровая трансформация физической культуры и спорта	4				3	3	108	108	32	32	58	18				3							биомеханики	
+	B1.O.24	Социология физической культуры и спорта		4			2	2	72	72	32	32	34	6				2							социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеева	
+	B1.O.25	Профилактика негативных социальных явлений средствами физической культуры и спорта		4			2	2	72	72	32	32	34	6				2							психологии имени А.Ц. Пуни	
+	B1.O.26	Теория и методика физической культуры	5		4	5	6	6	216	216	90	90	102	24				3	3						теории и методики физической культуры	
+	B1.O.27	Педагогика физической культуры и спорта	5				3	3	108	108	42	42	48	18				3							педагогики	
+	B1.O.28	Спортивная физиология	5				3	3	108	108	42	42	48	18				3							физиологии	
+	B1.O.29	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	5				3	3	108	108	42	42	48	18				3							профилактической медицины и основ здоровья	
+	B1.O.30	Психология физической культуры и спорта		5			2	2	72	72	28	28	38	6				2							психологии имени А.Ц. Пуни	
+	B1.O.31	Спортивная морфология		5			2	2	72	72	28	28	38	6				2							анатомии	
+	B1.O.32	Экономика		6			2	2	72	72	28	28	38	6					2							менеджмента и экономики спорта
+	B1.O.33	Организация антидопинговой работы с различными группами населения		6			2	2	72	72	28	28	38	6					2							биохимии
+	B1.O.34	Спортивный массаж	7				3	3	108	108	48	48	42	18								3			спортивной медицины и комплексной реабилитации	
+	B1.O.35	Теория спорта	6				4	4	144	144	56	56	70	18					4							теории и методики физической культуры
+	B1.O.36	Основы медицинских знаний		6			2	2	72	72	28	28	38	6					2							профилактической медицины и основ здоровья
+	B1.O.37	Спортивная медицина	7				2	2	72	72	32	32	22	18					2							спортивной медицины и комплексной реабилитации
+	B1.O.38	Менеджмент	7				3	3	108	108	48	48	42	18					3							менеджмента и экономики спорта
+	B1.O.39	Нутрициология		8			2	2	72	72	30	30	36	6								2			профилактической медицины и основ здоровья	
+	B1.O.40	Инклюзивная физическая культура и инклюзивный спорт	8				3	3	108	108	40	40	50	18								3			теории и методики адаптивной физической культуры	
+	B1.O.41	Теория и методика обучения базовым видам спорта		11233 567	2244		24	24	864	864	494	494	298	72		4	7	5	5	1	1	1				

+	Б1.О.41.01	Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика		1	2		4	4	144	144	88	88	44	12		2	2						теории и методики гимнастики			
+	Б1.О.41.02	Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика		1	2		4	4	144	144	88	88	44	12		2	2						теории и методики легкой атлетики им. В.В. Ухова			
+	Б1.О.41.03	Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжная подготовка		2			3	3	108	108	50	50	52	6			3							теории и методики лыжных видов спорта		
+	Б1.О.41.04	Теория и методика обучения базовым видам спорта: Спортивные и подвижные игры		3	4		6	6	216	216	124	124	80	12			3	3						теории и методики спортивных игр		
+	Б1.О.41.05	Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание		3	4		4	4	144	144	60	60	72	12			2	2						теории и методики плавания		
+	Б1.О.41.06	Теория и методика обучения базовым видам спорта: Футбол		5			1	1	36	36	28	28	2	6				1						теории и методики футбола		
+	Б1.О.41.07	Теория и методика обучения базовым видам спорта: Самбо		6			1	1	36	36	28	28	2	6				1						теории и методики борьбы		
+	Б1.О.41.08	Теория и методика обучения базовым видам спорта: Атлетизм		7			1	1	36	36	28	28	2	6				1						теории и методики атлетизма		
+	Б1.О.42	Теория и методика избранного вида спорта	246		135	6	26	26	936	936	480	480	384	72		4	4	5	5	4	4			Кафедры Университета по профилю подготовки		
+	Б1.О.43	Современные технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта	8		7		6	6	216	216	160	160	32	24				3	3						Кафедры Университета по профилю подготовки	
+	Б1.О.ДЭ.01	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту	12345						328	328	298	298		30												
+	Б1.О.ДЭ.01.01	Специальная физическая подготовка в избранном виде спорта	12345						328	328	298	298		30											Кафедры Университета по профилю подготовки	
-	Б1.О.ДЭ.01.02	Общая физическая подготовка	12345						328	328	298	298		30											теории и методики легкой атлетики им. В.В. Ухова	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений							27	27	972	972	528	528	360	84		2	2	2	2	7	2	2	8			
+	Б1.В.01	Профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта	123456	7		14	14	504	504	348	348	114	42			2	2	2	2	2	2	2		Кафедры Университета по профилю подготовки		
+	Б1.В.02	Спортивные сооружения		5		2	2	72	72	28	28	38	6							2					менеджмента и экономики спорта	
+	Б1.В.03	Возрастные особенности человека		5		3	3	108	108	42	42	60	6						3						Кафедры Университета по профилю подготовки	
+	Б1.В.04	Спортивная психология		8		2	2	72	72	30	30	36	6												2	психологии имени А.Ц. Пуни
+	Б1.В.05	Нейробиология двигательной деятельности	8			3	3	108	108	40	40	50	18												3	теории и методики адаптивной физической культуры
+	Б1.В.ДЭ.01	Элективные дисциплины (модули)			8	3	3	108	108	40	40	62	6												3	
+	Б1.В.ДЭ.01.01	Лечебная физическая культура			8	3	3	108	108	40	40	62	6												3	спортивной медицины и комплексной реабилитации
-	Б1.В.ДЭ.01.02	Основы спортивной генетики			8	3	3	108	108	40	40	62	6												3	профилактической медицины и основ здоровья
Блок 2.Практика							36	36	1296	1296	180	180	1086	30							3	9	18	6		
Обязательная часть							36	36	1296	1296	180	180	1086	30							3	9	18	6		
+	Б2.О.01(У)	Учебная практика (Педагогическая практика)			5		3	3	108	108	20	20	82	6						3					Кафедры Университета по профилю подготовки	
+	Б2.О.02(У)	Учебная практика (Тренерская практика)			7		9	9	324	324	52	52	266	6							9					Кафедры Университета по профилю подготовки
+	Б2.О.03(П)	Производственная практика (Педагогическая практика)			6		9	9	324	324	52	52	266	6						9					Кафедры Университета по профилю подготовки	
+	Б2.О.04(П)	Производственная практика (Тренерская практика)			7		9	9	324	324	52	52	266	6						9					Кафедры Университета по профилю подготовки	
+	Б2.О.05(ПД)	Производственная практика (Преддипломная практика)			8		6	6	216	216	4	4	206	6						6					Кафедры Университета по профилю подготовки	
Блок 3.Государственная итоговая аттестация							9	9	324	324	22	22	302								9					
+	Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена				3	3	108	108	6	6	102									3					Кафедры Университета по профилю подготовки
+	Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы				6	6	216	216	16	16	200									6					Кафедры Университета по профилю подготовки
ФТД.Факультативные дисциплины							9	9	324	324	118	118	176	30		1	2				2	2	2			
+	ФТД.01	Цифровые образовательные ресурсы		1			1	1	36	36	8	8	22	6		1									социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте	
+	ФТД.02	Правовая культура в РФ		2			2	2	72	72	30	30	36	6				2							права и гражданская безопасность	
+	ФТД.03	Подготовка спортивного инвентаря в избранном виде спорта		7			2	2	72	72	32	32	34	6							2				Кафедры Университета по профилю подготовки	
+	ФТД.04	Практикум по судейству спортивных соревнований		6			2	2	72	72	28	28	38	6						2					Кафедры Университета по профилю подготовки	
+	ФТД.05	Эксплуатация и ремонт спортивной техники в избранном виде спорта		8			2	2	72	72	20	20	46	6							2					Кафедры Университета по профилю подготовки

№	Индекс	Наименование	Семестр 1												Семестр 2												Итого за курс												Наименование кафедры	Семестр
			Академических часов												Академических часов												Академических часов													
			Контроль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	СР	Контроль	з.е.	Недель	Контроль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	СР	Контроль	з.е.	Недель	Контроль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	СР	Контроль	з.е.	Недель								
ИТОГО (с факультативами)				1108							29	19 4/6			1224						32	21 1/6			2332						61	40 5/6								
ИТОГО по ОП (без факультативов)				1072							28				1152						30				2224						58									
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ)				1108	540	76		464	476	90	29																													
1	Б1.О.01	История России	За0	72	56	18		38	10	6	2					За0	72	60	16	44	6	6	2		За0(2)	144	116	34			82	16	12	4		12	социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеевца			
2	Б1.О.02	Педагогика	За0	72	30	12		18	36	6	2					За0	72	30	12		18	36	6	2	За0	72	30	12			18	36	6	2		1	педагогики			
3	Б1.О.03	Психология	За0	72	30	12		18	36	6	2					За0	72	30	12		18	36	6	2	За0	72	30	12			18	36	6	2		1	психологии имени А.Ц. Пуна			
4	Б1.О.04	Русский язык и культура речи	За	108	18			18	84	6	3					За0	108	612	86	526	498	114	32		За0(2)	1152	162		990	976	204	61		1/3	12	социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте				
5	Б1.О.05	История физической культуры и спорта	Эк	108	34	12		22	56	18	3					Эк	108	50	10	40	40	18	3		За0	108	34	12		22	56	18	3		1	социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеевца				
6	Б1.О.06	Анатомия человека	За0	108	50	10		40	52	6	3					Эк	108	48		48	42	18	3		Эк	216	100	20		80	92	24	6		1	анатомии				
7	Б1.О.07	Иностранный язык	За0	108	48			48	54	6	3					Эк	108	48	16	32	90	6	4		Эк	216	96		96	96	24	6		1	иностранных языков					
8	Б1.О.08	Биохимия человека														За0	108	28	12	16	74	6	3		За0	144	48	16		32	90	6	4		2	биохимии				
9	Б1.О.09	Безопасность жизнедеятельности														За0	72	24	10	14	42	6	2		За0	108	28	12		16	74	6	3		2	права и гражданской безопасности				
10	Б1.О.10	Информационные технологии в физической культуре и спорте														За0(2)	252	138	10	128	96	18	7		За0(3)	396	226	18		208	140	30	11		2	биомеханики				
11	Б1.О.41	Теория и методика обучения базовым видам спорта	За(2)	144	88	8		80	44	12	4					За0	72	44	4	40	22	6	2		За0(2)	144	88	8		80	44	12	4		2	теории и методики гимнастики				
12	Б1.О.41.01	Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика	За	72	44	4		40	22	6	2					За0	72	44	4	40	22	6	2		За0(2)	144	88	8		80	44	12	4		2	теории и методики гимнастики				
13	Б1.О.41.02	Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика	За	72	44	4		40	22	6	2					За0	72	44	4	40	22	6	2		За0(2)	144	88	8		80	44	12	4		2	теории и методики легкой атлетики им. В.В. Ухова				
14	Б1.О.41.03	Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжная подготовка														За0	108	50	2	48	52	6	3		За0(2)	108	50	2		48	52	6	3		2	теории и методики лыжных видов спорта				
15	Б1.О.42	Теория и методика избранного вида спорта	За0	144	76			76	62	6	4					За0	144	76		76	50	18	4		За0(2)	288	152			152	112	24	8		2	Кафедры Университета по профилю подготовки				
16	Б1.О.ДЭ.01.01	Специальная Физическая подготовка в избранном виде спорта	За	64	58			58		6						За0	72	66		66		6			За0(2)	136	124			124		12			2	Кафедры Университета по профилю подготовки				
17	Б1.О.ДЭ.01.02	Общая физическая подготовка	За	64	58			58		6						За0	72	66		66		6			За0(2)	136	124			124		12			2	Кафедры Университета по профилю подготовки				
18	Б1.В.01	Профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта	За	72	44			44	22	6	2					За0	72	44		44	22	6	2		За0(2)	144	88			88	44	12	4		2	Кафедры Университета по профилю подготовки				
19	ФТД.01	Цифровые образовательные ресурсы	За	36	8	4		4	22	6	1					За0	72	30	12	18	36	6	2		За0	36	8	4		4	22	6	1		1	социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте				
20	ФТД.02	Правовая культура в РФ														За0	72	30	12	18	36	6	2		За0	72	30	12		18	36	6	2		2	права и гражданской безопасности				
ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ			Зк: За(6) За0(6)												Эк(3) За(6) За0(4)												Эк(4) За(12) За0(10)													
ПРАКТИКИ			(План)																																					
ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ			(План)																																					
КАНИКУЛЫ																																								

№	Индекс	Наименование	Семестр 7										Семестр 8										Итого за курс										Наименование кафедры	Семестр				
			Академических часов										Академических часов										Академических часов															
			Контроль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	СР	Контр оль	з.е.	Недель	Контроль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	СР	Контр оль	з.е.	Недель	Контроль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	СР	Контр оль	з.е.	Недель						
		ИТОГО (с факультативами)		1224							34	19 1/6		1188							33	22		2412							67	41 1/6						
		ИТОГО по ОП (без факультативов)		1152							32			1116							31			2268							63							
		ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) И РАССПРЕД. ПРАКТИКИ		1224	424	72		352	718	90	34	10: 17 1/6 3-2			648	280	90		190	290	78	18	10: 10 1/3 3-1/2/3			1872	704	162		542	1000	168	52	10: 27 1/2 3-3/2/3				
1	61.0.34	Спортивный массаж	За	108	48	16		32	42	18	3				За	108	48	16		32	42	18	3				За	108	48	16		32	42	18	3			
2	61.0.37	Спортивная медицина	За	72	32	16		16	22	18	2				За	72	32	16		16	22	18	2				За	72	32	16		16	22	18	2			
3	61.0.38	Менеджмент	За	108	48	16		32	42	18	3				За	108	48	16		32	42	18	3				За	108	48	16		32	42	18	3			
4	61.0.39	Нутрициология												За	72	30	10		20	36	6	2				За	72	30	10		20	36	6	2				
5	61.0.40	Инклюзивная физическая культура и инклюзивный спорт												За	108	40	20		20	50	18	3				За	108	40	20		20	50	18	3				
6	61.0.41	Теория и методика обучения базовым видам спорта	За	36	28			28	2	6	1				За	36	28			28	2	6	1				За	36	28			28	2	6	1			
7	61.0.41.08	Теория и методика обучения базовым видам спорта: Атлетизм	За	36	28			28	2	6	1				За	36	28			28	2	6	1				За	36	28			28	2	6	1			
8	61.0.43	Современные технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта	За	108	80			80	22	6	3				За	108	80			80	10	18	3				За	108	80			80	10	18	3			
9	61.0.01	Профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта	За	72	52			52	14	6	2				За	72	30	10		20	36	6	2				За	72	52			52	14	6	2			
10	61.0.04	Спортивная психология												За	72	40	20		20	50	18	3				За	72	30	10		20	36	6	2				
11	61.0.05	Нейробиология двигательной деятельности												За	108	40	20		20	50	18	3				За	108	40	20		20	50	18	3				
12	61.0.03.01.01	Лечебная физическая культура												За	108	40	20		20	62	6	3				За	108	40	20		20	62	6	3				
13	61.0.03.01.02	Основы спортивной генетики												За	108	40	20		20	62	6	3				За	108	40	20		20	62	6	3				
14	62.0.02(У)	Учебная практика (Тренерская практика)	За	324	52	4		48	266	6	9				За	324	52	4		48	266	6	9				За	324	52	4		48	266	6	9			
15	62.0.04(П)	Производственная практика (Тренерская практика)	За	324	52	4		48	266	6	9				За	324	52	4		48	266	6	9				За	324	52	4		48	266	6	9			
16	ФТД.03	Подготовка спортивного инвентаря в избранном виде спорта	За	72	32	16		16	34	6	2				За	72	32	16		16	34	6	2				За	72	20	10		10	46	6	2			
17	ФТД.05	Эксплуатация и ремонт спортивной техники в избранном виде спорта												За	72	20	10		10	46	6	2				За	72	20	10		10	46	6	2				
ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ			Э(3) Э(2) Э(0)4										Э(3) Э(2) Э(0)3										Э(6) Э(5) Э(0)0															
ПРАКТИКИ			(План)										216 4 4 206 6 6 4										216 4 4 206 6 6 4															
	62.0.05(Пд)	Производственная практика (Преддипломная практика)											За	216	4		4	206	6	6	4		За	216	4		4	206	6	6	4			Кафедры Университета по профилю подготовки	8			
ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ			(План)										324 22 6 16 302 9 5										324 22 6 16 302 9 5															
	63.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена											За	108	6	6		102		3	2		За	108	6	6		102		3	2			Кафедры Университета по профилю подготовки	8			
	63.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы											За	216	16		16	200		6	4		За	216	16		16	200		6	4			Кафедры Университета по профилю подготовки	8			
КАНЮЛЫ													8/5/6										8/5/6															